

ڈاڈا کا سترخوان

2013

مئی



مدرزڈے اسپیشل

www.paksociety.com

فہرست



92

تعلو خاطر

- 74 ڈسے کیئر سینٹرز
76 دفتر ضرور چاہیے!

میرٹ جیپن آون

- 73 دورہ مکمل غذا ہے

صحت عامہ

- 79 تحصیل سہیا... ایک موروٹی بیماری
80 پتے کی پتھری کا کیا عمل؟
81 کھانا کھائیے... معدہ کا امتحان نہ لیجئے

گھواری

- 84 کچن کے خوش آمدید
85 پلاسٹک کے برتن مہلک کیسے؟
86 گھر کی سجاوٹ، بنیادی ہدایات
88 گھروں میں راج کرتے رنگ
89 رگ بچھائیں
90 آفتابی عرصہ کے آئینے

مستقل سلسلہ

- 10 ادارہ
11 آپ کی رائے
34 آج کیا پکائیں؟
82 ڈاکٹر الیڈوانزری سروس
94 افسانہ
96 بک ریویو، فلم ریویو
98 ستاروں کی محفل

ریستوران ریویو

- 72 ریم ایکسپریس



14

یوم مٹی

- 12 محنت کشوں کی جدوجہد کا لازوال استعارہ
13 پبلک ٹرانسپورٹ میں خواتین کی شمولیت

ہیپی مدرز ڈاٹ

- 16 مدرز ڈاٹ

کلام صحت آخراذ

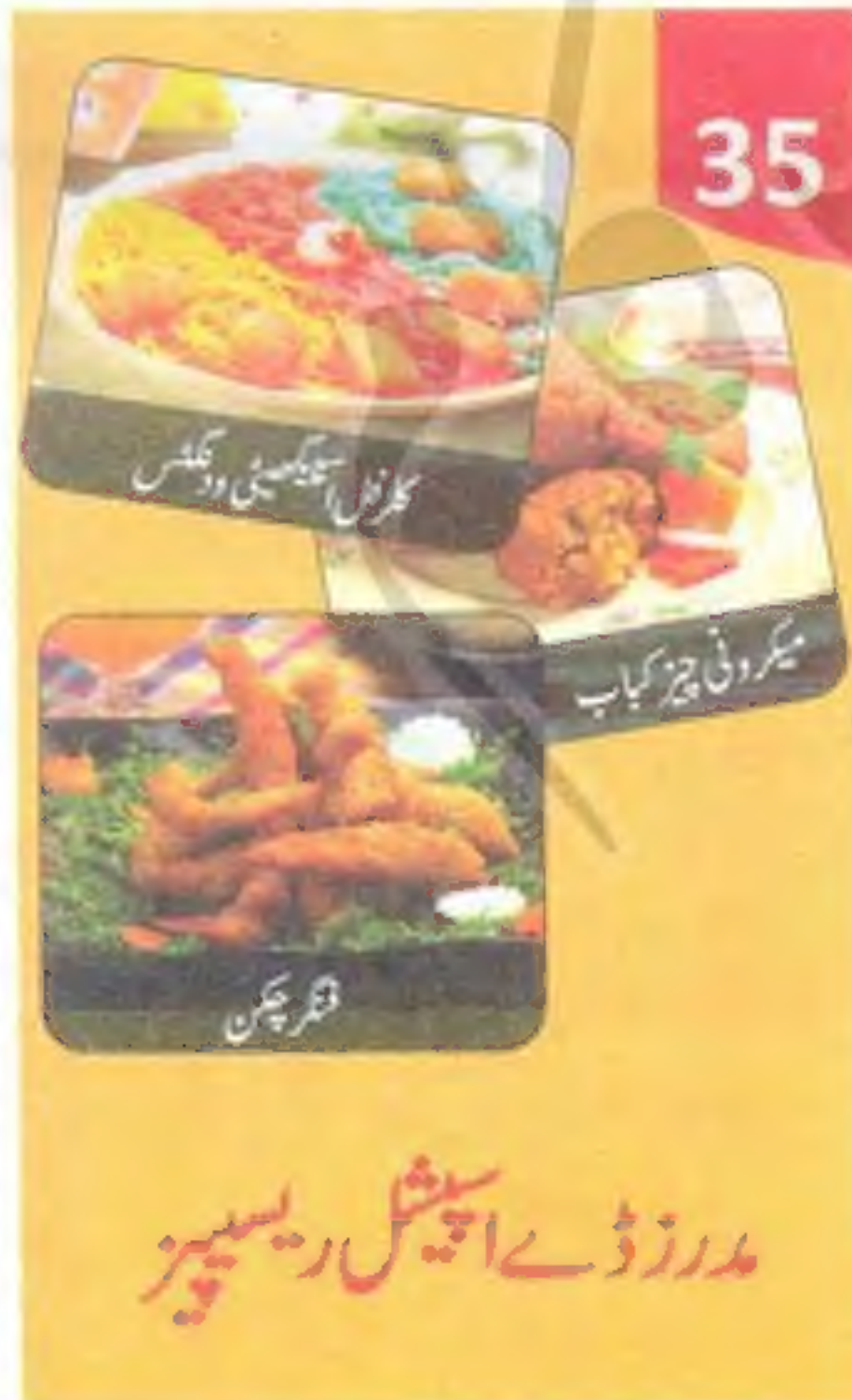
- 18 اب ناشپاتی اور سیب کی فیملی میں ہوا اضافہ
20 ہاتھ سے تگھرائیں
22 لہسن کھانوں کی صحت بخش روایت
24 پوچھا پھل ہے یا بہترین مجرب نسخہ
26 حاضر دماغی کی خاص غذا کیم
28 کھانوں کی لغت

ریخ زیبیا

- 77 گرہوں میں چوٹیاں
78 دھنک کے رنگ ہمسفر ہوئے

یہ شیف ہمارے

- 30 شیف عائشہ ابراہ



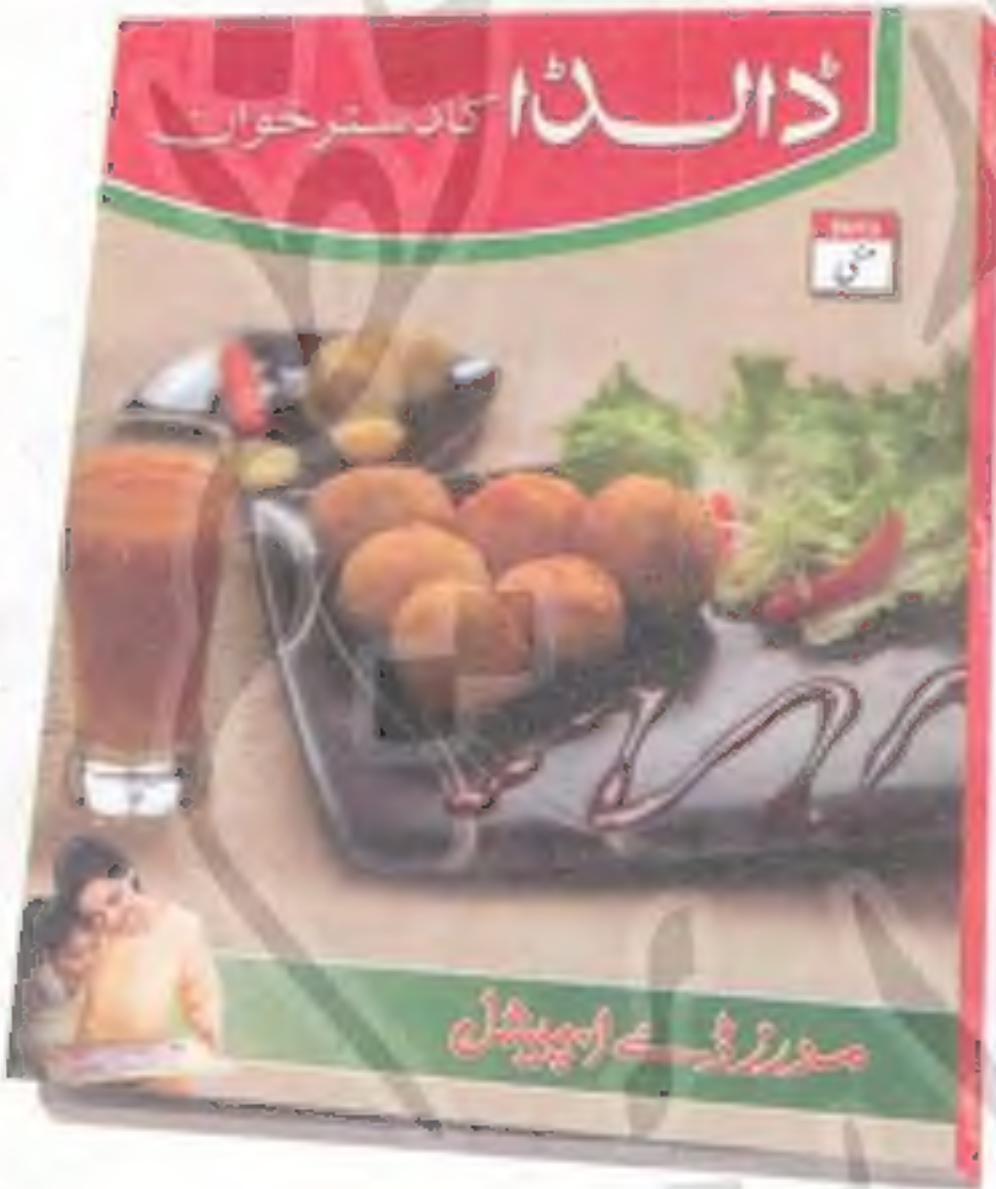
35

مدرز ڈاٹ اسپیشل ریسیپیز

اداریہ

قیمت 125 روپے شمارہ نمبر 27 مئی 2013

معزز قارئین! السلام علیکم



ڈالدا اور صحت کا ہمیشہ سے گہرا تعلق رہا ہے اسی لئے ہماری کوشش ہوتی ہے کہ ہم آپ کو نہ صرف خوش رنگ اور صحت بخش کھانوں بلکہ ہمارے آرٹیکلز کے ذریعے سے بھی صحت کے بارے میں زیادہ سے زیادہ معلومات پہنچائیں۔ اسی نظریہ کے مد نظر ہم نے اپریل کے شمارے کو خاص طور پر پیش کیا اور اس کی اتنی زبردست پذیرائی ملنے پر ہم آپ کے تہنود سے شکر گزار ہیں، مزید خوشی اس بات کی ہے کہ ہمارے قارئین میں صحت اور غذائیت کا شعور بڑھتا جا رہا ہے اور ہماری صحت رنگ لاتی ہوئی نظر آ رہی ہے۔

آپ کے لاتعداد خطوط اور ای میلز کی وجہ سے ہمیں یہ پتہ چلا رہا ہے کہ آپ ڈالدا کا دسترخوان کے مختلف موضوعات اور ٹیم سے کتنے مانوس ہوتے جا رہے ہیں۔ جیسے کہ مئی کا مہینہ شروع ہوتے ہی آپ کے فون کا ڈسک میں بتا رہے ہوتے ہیں کہ آپ کو اس ماہ منائے جانے والے ڈالدا ورلڈ کے کتنا اکتھا رہے۔ یقین چاہئے ڈالدا کو بھی آپ کے ساتھ یہ تمام خصوصی دن منا کر لگتا ہے کہ ہم اپنی فیملی کے ساتھ یہ خوشیاں بانٹ رہے ہیں۔ ماؤں کا عالمی دن منانے کی ثقافت پوری دنیا میں فروغ پا رہی ہیں اور ایک وقت دو آئے گا جو ہم سب ماؤں کا عالمی سال منا رہے ہونگے اور کیوں نہ منائیں ماں کے دامن کو ہر دن اصول مچھوں کے خزانے پیش کرنا اس ہستی کا حق ہے جس کے قدموں تلے اللہ پاک نے جنت کی بشارت دی ہے۔ ڈالدا کا دسترخوان نے اس خاص الماس شمارے میں بچوں اور ماؤں کے لئے خوش رنگ و خوش ذائقہ تراکیب کو شامل کیا ہے تاکہ بچن میں ہو جائے کوئی چھوٹا مونا ایڈ ونچر اور ہم سب مل کر مدد دے منائیں۔ ڈالدا سٹک بک پلانٹیم ایڈیشن کو ملنے والے "Gourmand World Cookbook Award" کی مبارک باد کے لئے ہمیں یہ دن ملک اور پاکستان بھر سے ہزاروں کی تعداد میں ای میلز موصول ہو رہی ہیں جس کے لئے ہم آپ سب کے شکر گزار ہیں۔

ہم امید کرتے ہیں کہ ہمیشہ کی طرح یہ شمارہ بھی آپ کی معیار پر پورا اترے گا۔ اس شمارے کو اپنی ٹیکسٹ کا حصہ بناتے ہوئے اس کے بارے میں ہمیں اپنی رائے سے ضرور آگاہ کیجئے گا اور اپنی دعاؤں میں ڈالدا ایڈوائزری سروس کو بھی یاد رکھیں۔

سرورق اسٹفڈ بے بی پوٹیشوز

خط و کتابت کا پتہ:

M-2 میزٹائن فلور۔ 60-C

اسٹریٹ 24، توحید کمرشل

فیز 5، ڈی ایچ اے، کراچی۔

فون: 0213-5304425-6

فیکس: 0213-5304427

ای میل: dkd@rev.com.pk

ایڈیٹر

شاہین ملک

کری ایٹو ایڈیٹر پروڈکشن مینیجر

عمران فاروق

مارکیٹنگ مینیجر

علی وحسی

0300-2184864

ڈسٹری بیوٹر مینیجر

شیخ مشتاق احمد

0300-2275193



ڈالدا ایڈوائزری سروس

ہمیشہ کی طرح آپ کے ہم قدم

انتباہ: ماہنامہ ڈالدا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی تمام تحریروں کے جملہ حقوق اشاعت بحق ناشر محفوظ ہیں۔ منسلکی تحریری اجازت کے بغیر ڈالدا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی کسی تحریر یا اس کے کسی حصے کو نہ شائع کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی کسی اور شکل میں پیش کیا جاسکتا ہے خلاف ورزی کی صورت میں قانونی کارروائی کی جائے گی۔

ڈالدا کا دسترخوان کے حقوق ناشر و ناشر ڈالدا ایڈوائزری سروس (پرائیویٹ) لمیٹڈ محفوظ ہیں۔ کسی خلاف ورزی کی صورت میں ادارہ قانونی چارہ جوئی کا حق رکھتا ہے۔ ڈالدا کا دسترخوان جناب اسامہ محمد خان غوری (ناشر) نے نورانی پرنٹنگ اینڈ ڈیزائننگ ایڈمنسٹری بیسٹریز

آپ کی رائے

ڈالڈا کا دسترخوان ہر ماہ روایت کا تسلسل لئے حاضر ہوتا ہے۔ ڈالڈا ایڈوائزری کا اپنے قارئین سے یہ رشتہ فون، ای میل اور خطوط کے ذریعے استوار ہوتا ہے۔ اس ضمن میں ہمیں اس ماہ کے جریدے سے متعلق آپ کی قیمتی آراء اور مشورے ملتے رہتے ہیں، مثلاً

دور کی گئی ہیں۔ ابھی پورا میگزین تو نہیں پڑھا، لیکن یہ بھی بے حد معیاری معلوم ہو رہا ہے۔
خلدہ سعید لاہور

ریڈرز سیریس کا سلسلہ اچھا رہا ہے

ہم رسالے میں انٹرویوز پڑھنے کے بعد ریسیپرز کی کوکھ سے لگ جاتے ہیں۔ ڈالڈا کی تراکیب خاصا باضابطہ اور متوازن اجزاء کے ساتھ شائع ہوتی ہیں اور اگر ہمیں کچھ نہ آئے تو ہم ڈالڈا کا دسترخوان کے دفتر اور ایڈوائزری سروس کو فون کر کے رائے لیتے ہیں۔ گزشتہ دو شماروں سے ریڈرز ریسیپرز کا معیار اچھا ہو گیا ہے۔ سب سے اہم ان کا بھی انتظام ہونے لگا ہے۔ صابر شعیب... راہ پٹنڈی

بہت مشکل سے کال ملی ہے۔ میرا یہ خط ساعتوں سے ہو کر گزر رہا ہے۔ کچھ پوچھنے تو جواب بھجوائیں انعام پائیں کا سلسلہ پسند آیا۔ آئندہ بھی ایسے سلسلے شروع کیجئے گا۔ ان سے میگزین کی جاذبیت اور بڑھتی ہے۔
خطیبہ زہرا۔ مٹکان

حفاظتی ٹیکوں والا مضمون بہت مفید تھا

ہیلتھ آپشنل بہت اچھا لگا یوں بھی ڈالڈا کا دسترخوان میں صحت عامہ سے متعلق تحریریں مفید ہوتی ہیں اس شمارے میں حفاظتی ٹیکوں والا مضمون نہایت کارآمد تھا آئندہ بھی ایسے معلوماتی مضامین شامل اشاعت کیجئے گا۔
میر مظہر... کراچی

معلوماتی مضامین اچھے لگے

اپریل کے رسالے میں ہم نے مختلف بیماریوں کی سائنسی معلومات کو کچھ پایا اور اب بھی ذہن میں مارچ کے شمارے کی جھلکیاں گردش کر رہی ہیں۔ کچھ پوچھنے تو اسے دفتر رفتہ پڑھنے سے یہ اظہار آیا۔ اپریل کا شمارہ صحت کا خزانہ تھا۔ اس لئے ریسیپرز نے بھی خوب رنگ بھایا۔ اور حفاظتی نوعیت کے مضامین پڑھ کر بیماروں کو بہت تقویت ہوگی۔ ہمیں حفاظتی اقدامات کرنے کی ٹپس بہت بھائیں۔ ڈالڈا کا دسترخوان کو تو ہم قارئین ایک عرصہ ہوا ایوارڈ کے چکے ہیں، لیکن ہمیں بے حد خوشی ہوئی کہ پیرس میں ہمارے ڈالڈا کو اعزاز بخشی گئی۔ اس لئے تو ہم کہتے ہیں کہ ویل ڈن ڈالڈا۔
نرمس حبیب... کوہاٹ

سالنامہ یادگار رہا

مارچ کا شمار بہترین کاوش تھی۔ ہم نے دیگر نوڈ میگزینز بھی دیکھے ہیں، لیکن ان کی پرنٹنگ اور مضامین کا معیار ایسا مختلف اور اچھا نہ پایا۔ آپ نے ستاروں سے جگن کی دوستی کا حال احوال بھی پوچھ لیا امید ہے کہ اس سلسلے کو جاری رکھیں گے۔ اسی طرح نوٹھ پیسٹ کے بارے میں بھی اچھی تحریر پڑھنے کو ملی۔ اپریل کے شمارے میں صحت سے متعلق تمام اہم بیماریوں کی معلومات



ہیلتھ آپشنل پسند آیا

ماہ اپریل کا شمارہ دیکھا۔ ایسا لگتا ہے کہ ڈاکٹروں سے خوب دوستی ہے یا پھر بیماریوں کے بارے میں دافر معلومات۔ کیونکہ اس مرتبہ مضامین میں زیادہ تر قدر و صحت کے خزانے کی ہے۔ بلاشبہ یہ اپنی نوعیت کا بہترین رسالہ ہے۔
بلیئر ریسیپرز کی رنگارنگ تصویریں خوب تھیں۔ مارچ احسن... حیدر آباد

صحت کا خزانہ بہت بھایا

یوں تو کون سا ایسا شمارہ ہے جو ہمیں نہ بھاتا ہو، مگر اس مرتبہ اپریل کا شمارہ ہمارے ہاتھوں میں ہے۔ اس کی شاندار ریسیپرز، صحت افزا مضامین کہ جنہیں سائنسی اور طبی معلومات کچھ کر کے گلہ سے کے روپ میں پیش کیا گیا، بہت پسند آیا ہے۔ آپ سے گزارش ہے کہ فیشن کے صفحات بھی شامل اشاعت کرو دیجئے۔ جس میں جدید رجحان کے مطابق تصاویر بھی ہوں اور تحریریں بھی۔
راحیلہ کیل۔ مٹکان

میگزین کا نیا روپ اچھا لگا

ڈالڈا کا دسترخوان اپنی آرائش کے نقطہ نظر سے خاصا بدل گیا ہے اور یہ ٹھیک ٹھیک اس رہا ہے پسند آیا۔ یہی وجہ ہے کہ ہم تعریف کے لئے کال کر رہے ہیں، لیکن

کیا آپ ڈالڈا کا دسترخوان کے لئے لکھنا چاہتے ہیں؟

تو پھر انتظار کرس بات کا آج ہی اپنے مضامین، کہانیاں، خاکے، کہانیاں پکڑنے کی انوکھی تراکیب، چٹکے اور ناقابل فراموش واقعات ہمیں لکھ دیجئے۔ خیال رہے کہ آپ کا مضمون گیارہ سو الفاظ پر مشتمل ہو، اپنے نام، پتہ، فون نمبر اور ای میل ایڈریس کے ساتھ اس پتہ پر ارسال کیجئے۔

ایڈیٹر ڈالڈا کا دسترخوان

M-2 میزٹائن فلور۔ C-160 سڑک 24، قادیان کمرشل،
فیروز، ڈی ایچ اے، کراچی۔

ای میل: dkd@rev.com.pk

ڈالڈا کا دسترخوان آپ کی تحریروں کی نوک پلک سنوار کر اسے آپ کے نام اور شکر کے ساتھ شائع کرے گا۔



محنت کشوں کی جدوجہد کا لازوال استعارہ

جن معاشروں میں صنعتی انقلاب آتا ہے وہاں زراعت کی بھی شکل بدلتی ہے۔ پے در پے روزگار کسان شہروں کا رخ کرتے ہیں اور فیکٹریوں میں بطور مزدور ملازم ہو جاتے ہیں۔ اسی وجہ سے شہروں کی آبادی بھی بڑھ رہی ہے۔ فیکٹریوں میں کام کے دوران حادثے کی صورت میں زخمی یا معذور ہو جانے کی صورت میں ٹریڈ یونین واوری میں معاونت کرتی ہے۔ آج بھی ترقی یافتہ ممالک میں مزدوروں نے اپنے خلاف بنائے گئے قوانین میں نرمی کے لئے جدوجہد جاری رکھے ہوئی ہے۔ پاکستان میں جمہوری اقتدار بھی ابتدائی درجے پر فروغ کی کوشش میں سرگرداں ہیں۔ موجودہ دور میں ہڑتالوں، دھڑولوں اور جلوسوں کے ہتھیاروں کو استعمال کر کے حکمرانوں تک آواز پہنچانے کی جرأت کی جانے لگی ہے جو بلاشبہ کئی حلقوں میں ناپسندیدہ حرکت سمجھی جاتی ہے۔ بہر حال پاکستان کا اصل مسئلہ غربت اور سماجی ناہمواری ہے۔ اگر یہاں بھی مائیکرو کریڈیٹ بینکاری نظام رائج ہو جائے اور اس کا دائرہ کار دیہات تک وسیع ہو جائے تو مالی تحفظ اور مساوات مہیا ہو سکے گی۔ دنیا بھر کی طرح پاکستانی عورت بھی اناج پیدا کرنے میں اہم کردار ادا کر رہی ہے، کیونکہ اسے حیاتی تنوع کا گراں قدر شعور ہوتا ہے۔ مرد کھیتوں میں مل چلانے یا جدید مشینری کی مدد سے کاشتکاری کرنے کا فریضہ انجام دیتے ہیں جبکہ عورتیں بیج بونے، فالٹو جڑی بوٹیاں کھود کر نکالنے اور فصل کی چھٹائی میں ہاتھ بٹاتی ہیں۔ خاندان کی اٹھاموڑ محنت کے ساتھ ساتھ خزانہ کاشت کا پہلو اٹھا کر کرنے میں بھی کسان عورت کا ہاتھ ہے۔ غرضیکہ دنیا کا وہ تہائی کام کرنے والی یہ آدمی دنیا تو رائج پیداوار کے صرف 1 فیصد کی مالک ہے۔ آج بھی یہی تاثر پایا جاتا ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ مزدوروں اور صنعت کاروں کے درمیان مساوات پیدا ہو جائے گی۔ یقیناً وہ صبح بھی تو آئے گی جب مزدور عورت کو بھی اقتصادی اور سماجی حقوق کا شعور آ جائے گا۔ وہی جو ہر انسان کا حق ہوتا ہے تاکہ وسائل اور مواقع تک مساوی رسائی ہو۔



کھیتی کی رہائی میراں چٹائی بننے کا کام کرتی ہے اسے اس کام کے عوض یو میہ تیس روپے ملتے ہیں۔ جس سے وہ اپنا اور اپنی بھڑی ماں کا کھیت پالتی ہے۔ میراں کہتی ہے مزدوروں کا عالمی دن وہ کیا جانے اور چھٹی کرینگے تو کھا کھینکے کہاں سے؟

میر کے مضامعاتی علاقے میں واقع امرود کے باغ میں کام کرتی سیکندہ کہتی ہے کہ صبح سات بجے آتی ہوں اور شام چار بجے تک کام کرتی ہوں باغ کی دیکھ بھال گھاس کی چھانٹی کرتی ہوں ہفتہ پاس روپے ملتے ہیں۔ سیکندہ کہتی ہے کہ ان کے شوہر بھی یہاں چوکیدار ہی کا کام کرتے ہیں اور اپنے اپنی دادی کے پاس گھر میں رہتے ہیں۔ وہ کہتی ہے میاں ماہانہ چھ ہزار روپے تنخواہ پر ملازم ہے گزار نہیں ہوتا اس لئے میں نے بھی چار ماہ قبل کام شروع کر دیا ہے۔

یوم مہی دنیا بھر کے محنت کشوں کی عظیم جدوجہد کا لازوال استعارہ ہے یہ دن یاد دلاتا ہے کہ 1888 میں شکاگو میں برپا ہونے والی مزدور تحریک کے ذریعے تا صرف عالمی سطح پر مزدوروں کے حالات کار اور اوقات کار میں بنیادی تبدیلیوں کی بات متواتر گئی بلکہ سرمایہ دارانہ نظام کو اس بات پر قائل کیا کہ محنت کشوں کے استحصال کی اب کوئی گنجائش نہیں ہے مزدور کی حد تک تولید تو انہیں کسی حد تک نظر آتے ہیں لیکن خواتین مزدوروں کے ساتھ منفی تعصب واضح طور پر دیکھا جاسکتا ہے۔

مقامی کارکن فیکٹری میں ملائی کا کام کرنے والی روینہ اشفاق کا کہنا ہے کہ شوہر کے انتقال کے بعد بچوں کی پرورش کے لئے انہیں ملازمت کرنا پڑی۔ ان کا کہنا ہے کہ صبح آٹھ بجے سے شام سات بجے تک کام کرتی ہوں تاہم میری تنخواہ صرف چھ ہزار روپے ہے جبکہ میرے ساتھ کام کرنے والے مرد اسٹاف چھ ہزار روپے لے رہے ہیں اور وہ شام ساڑھے پانچ بجے چلے جاتے ہیں جبکہ مجھے رات آٹھ بجے تک ڈیوٹی دینا پڑتی ہے لیکن ذیل کام

اگر پاکستان میں بھی مائیکرو کریڈیٹ بینکاری نظام رائج ہو جائے اور اس کا دائرہ کار دیہات تک وسیع ہو جائے تو غریب طبقے کو مالی تحفظ اور مساوات مہیا ہو سکے گی

لینے کے باوجود کم تنخواہ لینا میری مجبوری ہے۔ کہ کچھ نا ہونے سے کچھ ہونا بہتر ہے مزدوروں کے عالمی دن پر بھی کام پر آتے ہیں کہ کچھ اور نام مل جاتا ہے۔



پبلک ٹرانسپورٹ میں خواتین ڈرائیوروں کی شمولیت

محفوظ ترین سفر کی ضمانت



جنوبی افریقہ



پاکستان



ایران



دہلی

خاتون ہی خاتون کے احساسات ضرورتیں اور مسائل سمجھ سکتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا بھر میں کچھ خواتین اپنی منفرد کے لئے آسانیاں بچھ رہی ہیں اور کاروبار زندگی میں شرکت کے لئے سرگرم عمل رہتی ہیں۔ روزگاری جگہ پر جانے کے لئے کھڑے لڑکیاں اور بچی تھکے کے ساتھ امور زندگی جہاں ہم سب کی ضرورت میں شامل ہے۔ لیکن یہ دیکھا گیا ہے کہ خواتین ساری کے معاملے میں مرد و نابھروں کے سرپرستوں کی یا کسی میں تھکا سڑ کرتے ہوئے لنگھتی ہیں۔ مغرب میں بھی کہ جہاں آزاد ماحول میں بڑی بڑی ہوتی خواتین اپنی شہرت اور تہذیب کے مطابق روزمرہ کے امور زندگی میں لیکن وہ بھی بسوں اور ریلوں میں سڑ کرنے کو ترجیح دیتے گی ہیں۔ لیکن ہے کہ برقی ہوتی گرائی بھی اس کا ایک سبب ہو لیکن خواہ اور ایسے ہی دوسرے اساتیت سوز واقعات کے بعد خواتین میں ذاتی تحفظ اور اپنا خیال آپ دیکھنے کا قانون پیدا ہو رہا ہے۔ چنانچہ دنیا کے متعدد ممالک میں خواتین ڈرائیوروں کو یکے بعد دیگرے کے کنٹینر دیئے جانے لگے ہیں۔ پڑوسی ملک دہلی میں ریڈیو کیب سروس کی کلیٹ میں خواتین ڈرائیوروں کو نمائیاں اہیت دی جانے لگی ہے۔ فی الفور 7 کنٹینر کے لئے 8 خاتون ڈرائیوروں کی تعیناتی عمل میں لائی گئی ہے۔ حال ہی میں دہلی میں ایک نو جوان لڑکی کے ساتھ زیادتی اور ہلاکت کے واقعہ بعد پبلک ٹرانسپورٹ میں خواتین کی رہا رست شمولیت اپنی اوجیت کا قابل ذکر واقعہ ہے۔

اسی طرح ممبئی میں بھی میٹرا کنٹینر شروع کی گئی ہیں۔ خیال رہے کہ میٹرا ہندی میں خاتون کو کہتے ہیں اس پلیٹ فارم پر خواتین کو 15 گھنٹوں پر مشتمل ڈرائیورنگ کی محسوس تربیت فراہم کی جائے گی۔ جن میں ٹریفک کے قوانین، سگنلز، مسافروں کے ساتھ باہمی تعلقات، ملاپ آداب اور مارشل آرٹ کی تربیت بھی شامل ہے۔

ایران میں بھی دو مینز وائریس ٹیکسی کے لئے امیدواروں کا انتخاب کیا گیا ہے۔ یہاں آپ کو گھرے سبز رنگ کی ٹیکسیاں اپنی خدمات انجام دیتی ہوئی نظر آئیں گی۔ یہ خواتین ہر سال 10,000 ڈالر تک کماتی ہیں

ان ڈرائیوروں کو 250 امریکی ڈالر تک اجرت دی جائے گی اور امور خاندانی کی تکمیل کے لئے مدد فراہم کی جائے گی۔

پاکستان میں ایک ہی بزرگ خاتون زاہدہ کمالی نے 11 اور سے ٹیکسی سروس کا آغاز کیا ہے۔ انہوں نے یہود ہوجانے کے بعد اپنے کنبے کی کفالت کے لئے اس پروفیشن کو اختیار کیا ہے، بلاشبہ ان کے چہرے کو آج مزدوروں کے عالمی دن کے موقع پر خراج تحسین پیش کیا جاتا ہے۔

ایران میں بھی دو مینز وائریس ٹیکسی کے لئے امیدواروں کا انتخاب کیا گیا ہے۔ یہاں آپ کو گھرے سبز رنگ کی ٹیکسیاں اپنی خدمات انجام دیتی ہوئی نظر آئیں گی۔ یہ خواتین ہر سال 10,000 ڈالر تک کماتی ہیں۔ اس طرح ہر روزگاری کی شرح کم ہو کر 15.4% ہو گئی ہے۔

جنوبی افریقہ میں گابریل رنگ کی بی ایم ڈبلیو کا سیرنگ سنبھالا ہے مقامی خواتین نے جنہیں گارجن انڈیکس کا نام دیا گیا ہے۔ یہ جوہن سمرگ کی گھبراہٹ میں شمولیت سنبھاتی مسافروں کو ان کی منزل خصوصیت پہنچا آتی ہیں۔ دیکھا گیا ہے کہ خاتون ڈرائیوروں کی مسافر خواتین بڑے پائے چلتی گاڑی رند ہوجانے کی صحت میں اضافی مدد فراہم کرتی ہیں۔

قانون نافذ کرنے والے ادارے ان ٹیکسیوں کی مانیٹرنگ کرتے ہیں اور ہر 30 سیکنڈ کے بعد ان سے رابطہ کیا جاتا ہے تاکہ ان کو قوتیں آنے والے کسی ناگہانی حادثات سے چھٹی طور پر محفوظ رکھا جاسکے۔

ہر ماں کو ڈالڈا کا خراج تحسین

جہاں مامتا وہاں ڈالڈا

دنیا میں آنکھ کھولنے والے ہر بچے کا پہلا رشتہ ماں کے ساتھ ہوتا ہے۔ پہلی پہچان اُس کی ماں ہوا کرتی ہے۔ اُسے پہلی محبت ماں سے ملتی ہے۔ زندگی کے سب رواں میں شیب و فراز کا سامنا کرنے، خود کو منوانے، آگے بڑھنے کا عزم اور احمق و جسور سگاو سے حاصل ہوتا ہے وہاں کی گود ہی ہوا کرتی ہے۔ بے لوث محبت اور بے غرض خدمت کی مثال ماں کے سوا کوئی ہستی نہیں۔



ماں کے 65 دنوں میں ایک دن یعنی ماں کا عالمی دن اُن کی اہمیت کو اجاگر کرنے کا دن ہے۔ اس دن ایک محبت بھرا کارڈ، پھولوں کا گلدستہ یا کوئی اور تحفہ بھجوا کر سب سے پہلے ماں کو یاد دلایا جاتا ہے۔ ماں کے چہرے پر بھٹکتی مسکراہٹوں کی کلیاں چمک چمکاتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں کہ اسے اپنی ذات کے لئے اپنی اولاد سے کچھ بھی دینا نہیں۔ کیونکہ وہ دنیا کی ہر خوشی اور ہر کامیابی کی تمنا اپنی اولاد کے لئے کیا کرتی ہے۔ لہذا ہم انہیں کچھ دین یا دین ان کی محبت اور غلوں کے پیش بھانجانے میں ہمارے لئے کبھی کوئی کمی نہیں آتی۔ اگرچہ ہم اپنے ہر احساس اور ہر ضرورت پر ماں کو ترجیح دیں تو بھی اُن کی قربانیاں، محبت اور خدمت کا حق ادا نہیں کر سکتے۔ لیکن انہیں یقین دلوا سکتے ہیں کہ وہ ہمارے لئے سب سے زیادہ اہم ہیں۔ اس کوشش میں ہم جتنے زیادہ غلوں میں گم ہونے لگے ہیں، کامیاب اور ناکام بھی۔ کیونکہ یہ رشتہ ہمارے وجود کی وہ سچائی ہے جو نازل سے ابد تک محیط ہے اور اس کی نفی اپنے وجود کی نفی کے مترادف ہے اور جب اپنے ہی آپ کو بے حسیت سے لئے است بگے قلاب میں ڈھال دیا جائے تو پھر کیا ہم، کیا ہماری شناخت، کیا ہمارا رشتہ اور جدوجہد ہر شے کی حقیقت زائل ہو جاتی ہے۔ یاد رہے کہ جس لمحہ ہماری ماں کو ہم سے راحت اور آسودگی ملی تمام عمر میں وہی زندگی بھلائے کا حق دار ہے، دیگر رفاقت رازیاں۔ چھ وہاں اُن کے محیط ڈالڈا کی کامیابیوں کے سفر میں ہر قدم پر ایک خوبصورت جھلکی پانچوشت سنائی دیتی ہے۔ جس سے ہماری سماعت ایسی ماںوں سے کہ کبھی بھی کہیں بھی اسے نہیں تو متوجہ ہوئے بغیر نہیں رہ سکتے اور وہ ہے۔ جی ہاں، ”جہاں مامتا وہاں ڈالڈا“۔

گزشتہ کئی برسوں سے ڈالڈا اس عظیم ہستی کی اہمیت اجاگر کرنے کی غرض سے ہر مہینہ ایک نئے امداد سے ڈالڈا اور اس کے چاہنے والے ساتھیوں کو مدد دے مناتے ہیں۔ کبھی ڈالڈا ایڈوائزری سروں کی فری سیلپ لائن پر آپ کو ماں کے لئے اپنے جذبات اور احساسات کے اظہار کا موقع فراہم کیا گیا تو ملک کے طول و عرض سے نئے نئے بچوں سے لے کر سن رسیدہ بزرگوں تک نے اپنی ماں کے لئے خوبصورت اور



Happy
Mother's
Day



مادرز ڈے

وہ دن جو ماؤں کے لئے خاص ہے

مادرز ڈے منانے کی تاریخ بہت نہ آتی ہے اور گزرتے ہوئے وقت کے ساتھ ساتھ یہ عظمت مقبول ہوتی جا رہی ہے۔ اس کی شہ فانی مقبولیت کے ساتھ ماؤں کو تحائف دینے کا رجحان بھی بڑھتا جا رہا ہے۔

ان دنوں مارکیٹ میں ہزاروں ایسے تحفے دستیاب ہیں جو پیار اور چاہت کا اظہار کرتے ہوں مثلاً ان تعداد میں دیکھئے تلفن لاکس، موتی اور گینے جڑے زیورہ لہریزہ چاکلیٹس کوئی پیارا سا جیولری بکس، کافی ٹگ، خوشنما سا والٹ، مسکرن خوشبو، شرارتی سانڈی ہنر اور پھولوں کی مہک سے بچے تحفے جو آج کے دن کا پڑتیاک استقبال کریں گے۔

ہاں تو ماں کے دامن کو ہر دن اہمیل محبتوں کے نذرانے پیش کئے جاتے چاہئیں کیونکہ ماں ایک ایسی ہستی ہے جس کا ہم الہیل نہیں۔



پے پل غذائیت بھرا ایک نیا پھل اب ناشپاتی اور سیب کی فیملی میں ہوا اضافہ

یہ بہترین امینٹی آکسیڈینٹ اور وٹامنز پر مشتمل ہے

کاشتکار چاہتے ہیں کہ بزیوں اور پھلوں کی کاشتکاری میں مختار وہ یہ اپنائیں جو حتی الامکان حشرات اور انہیں ختم کرنے والی دواؤں سے محفوظ رہیں اور ایسے پھل اُگائے جائیں جن کی شیف لائف (مدت میعاد) زیادہ عرصے تک قائم رہے۔ کم و بیش دنیا بھر میں ایک نیا اور مختلف پھل Papple کاشت کیا جانے لگا ہے۔ کہتے ہیں کہ فارم سے گھریلو استعمال تک اسے محفوظ قرار دیا جا رہا ہے۔ انگلستان کے کاشتکاروں نے ایشیاء اور یورپی یونین کے ممالک میں اُگنے والے ناشپاتی کی یہ ایک نئی قسم متعارف کروائی ہے۔ سرخی مائل گلابی رنگت کا یہ پھل ناشپاتی سے قدرے زیادہ میٹھا اور لطیف ذائقہ رکھتا ہے۔ اسے سیب کی بھی ایک مختلف شکل کہا جاسکتا ہے۔

ہے۔ یہ بلڈ پریشر کو بڑھنے سے روکتا ہے۔

کاپر یا سلفیٹ ایسا جزو جسم کو خاطر خواہ حد تک امینٹی آکسیڈینٹس مہیا کرتا ہے۔ یہ پھل ہمارے جسم میں فری ریڈیکلوں کے غیر متحرک ہونے کی روک تھام کے ساتھ ساتھ کچھ مین کو نقصان سے بچائے رکھتا ہے۔ قدرت نے اس پھل میں ڈائٹلے کے ساتھ جینا بولک سسٹم کو رواں رکھنے کی افادیت بھی رکھی ہے۔

جینی غذائی افادیت

قالب

اس پھل میں موجود قابض بڑی اور چھوٹی آنتوں کی فعالیت برقرار رکھتا ہے۔ اگرچہ ہالڈ پریشر کنٹرول کرتا ہے۔ کوہیستروں کی سطح متوازن کرتا ہے۔ جس طرح قابض سرخشی کا تاثر دیتا ہے اور بہت دیر تک بھوک کی حاجت نہیں ہونے دیتا۔ اس کا اہم ترین فائدہ آنتوں کے نظام کی درستگی کے ساتھ ساتھ پختوری سے وزن نہ بڑھنے کی یقین دہانی کراتا بھی ہے۔ یہ قبض ختم کرنے کا مجرب نسخہ ہے۔

وٹامنز

ایک اہم ترین وٹامن C کی موجودگی سے جسمانی نشوونما کی مرمت ہوتی ہے۔ اندرونی درم دور کرنے کا ذریعہ ہے۔ مسودھوں کی تکالیف ہوں یا ہڈیوں کی خشکی یہ وٹامن K کے ساتھ مل کر دیگر امراض مثلاً اوسٹیوپوروسس، شریانوں اور ریدوں میں خون کے دباؤ اور دل کے امراض کے لئے بھی مفید ہے۔

پائٹرونیوٹکس

پائٹرونیوٹکس ایسا جزو جو عضلات اور electrolyte کے ساتھ توازن قائم کرتا

ایک کپ یعنی 178 گرام پے پل کی غذائی افادیت

غذائیت	مقدار	یومیہ درکار غذائیت
قالب	5.5mg	22%
وٹامن C	7.4mg	12.4%
وٹامن K	8mcg	10%
پائٹرونیوٹکس	576mg	12%
کاپر	0.24mg	10%

ناشتے سے نہ گھبرائیں نہ کترائیں

کیونکہ بھرپور ناشتہ، رکھے دن بھر توانا

سلیم اختر چوہان

صحت زندگی کی علامت ہے اور صحت دہی کے لئے صحت بخش غذاؤں کا استعمال لازم ہے۔ کیونکہ صحت مند جسم ہوگا تو دماغی صلاحیتیں بھی توانا رہیں گی جو کہ زندگی گزارنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ گویا متوازن اور پُر سکون زندگی کے لئے اچھی صحت لازمی ہے۔ اچھی صحت برقرار رکھنے کے لئے کئی باتوں کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔ مثلاً درست غذا، صفائی، غذائی حیرانوں کی اہمیت، سانس پانی وغیرہ وغیرہ۔ وہ غذا جو ہم روزانہ کھاتے ہیں، ہمارے جسم کو انرجی پہنچاتی ہے۔ ہمارے مسلکی مرمت کرتی ہے اور ہماری نشوونما کا اہم کام سرانجام دیتی ہے۔ صبح سویرے لی جانے والی غذا کو عرف عام میں ناشتہ کہا جاتا ہے۔ ہم اپنی صحت عزیز ہے۔ ناشتے کی اہمیت کو بخوبی سمجھنا ہوگا۔ صبح کا ناشتہ پورے دن کے لئے بہت اہمیت کا حامل ہے۔ کیونکہ ہم رات کے کھانے کے تقریباً نو گھنٹے بعد ناشتہ کرتے ہیں جو گزرنے والے دن کی ضروریات کی تکمیل میں ذمہ دار ادا کرتا ہے۔ ایک پرانا مقولہ ہے کہ ”صبح کا ناشتہ ہڈیوں کی طرح مضبوط ہے، دوپہر کا ناشتہ دماغ کی طرح اور رات کا کھانا غریبوں کی طرح کھانا“ لیکن ہمارے ہاں صحت مند اس کے برعکس ہے۔ اکثر لوگ صبح کے وقت پکا پکایا ناشتہ کر کے گھر میں سے نکل پڑتے ہیں۔ کبھی کبھی غذائیت اور آدھن تک ذہنی و جسمانی مشقت کے کاموں میں مصروف ہو جاتے ہیں۔ ہمارے لئے ملینے نہیں، کیونکہ اس طرح جسم کو مطلوبہ توانائی نہیں ملتی۔ آئیے ایک خیال یہ بھی ہے کہ صبح سویرے اٹھنے کے بعد بھوک نہ ہونے کے باعث صبح پورے ناشتہ نہیں کھاتے۔ یہ مسئلہ زیادہ تر ایسے لوگوں کے ساتھ ہوتا ہے جو رات کا کھانا بہت دیر سے اور خوب ہیٹ بھر کر کھاتے ہیں۔ رات کو دیر سے سوتے اور صبح دیر سے اٹھتے ہیں۔ اگر ان تمام باتوں سے گریز کیا جائے تو کوئی وجہ نہیں کہ صبح اٹھ کر خوب بھوک نہ لگے۔ گاؤں، دیہات میں لوگ رات کا کھانا مختصر اور جلدی کھا لیتے ہیں اور جلد سو کر صبح سویرے اٹھ جاتے ہیں۔ اس لئے وہ بہت زیادہ مشقت کرنے کے باوجود جھک کر کھانا کھا کر بہت کم ہوتے ہیں۔ شہر میں اکثر لوگ اپنے دن کا آغاز بلی روتی کے ایک دو سانس اور چائے کے ساتھ کرتے ہیں۔ مختصر عرصوں اور فطرت پر مشتمل ناشتے سے ہمارے جسم کو خاطر خواہ فائدہ نہیں ملتا۔ جبکہ صبح کے ناشتے کی اہمیت صحت کے لئے بڑی اہمیت ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ ناشتے پر خواتین نامعلوم پر پورے گھرانے کے لئے ناشتہ تیار کرتی ہیں مگر وہ خود اپنے ناشتے پر توجہ نہیں دیتی اور زیادہ سے زیادہ ایک کپ چائے پی لیتی ہیں۔ یہ طریقہ کار بالکل غلط ہے۔ کیونکہ خواتین پر پورے گھرانے کی ذمہ داری ہوتی ہے۔ اگر ان کی اپنی صحت ٹھیک نہیں ہوگی تو وہ اپنے گھر کے خاندان کا خیال بہتر طور پر کس طرح رکھ سکتی ہیں؟

ناشتے کے لئے کسی چیز کا انتخاب نعل اس کے ذائقے کی بنا پر نہ کیا جائے، بلکہ اس سے حاصل ہونے والی غذا صحت پر بھی گہرا اثر رکھتی جائے۔ عام مشہور ہے کہ کاج اور پونڈروٹی کے طلباء طبابت کی ایک بڑی تعداد ناشتے کے بغیر گھر سے نکلتی ہے۔ اگر ان سے ناشتہ نہ کرنے کا سبب پوچھا جائے تو اکثریت کا جواب ہوتا ہے کہ ”صبح کچھ کھانے کو دل نہیں چاہتا اس لئے دل کو بھانپیں کہ یہ صحت کا معاملہ ہے۔ اگر ناشتہ نہیں کریں گے تو رفتہ رفتہ آپ کا دماغ بھی نظام کمزور ہو جائے گا اور آپ مختلف بیماریوں کا شکار ہو سکتے ہیں۔ معدہ خالی ہونے کے باعث اس کا مرض لاحق ہو سکتا ہے اور خالی پیٹ مایوسی آلودگی بھی آپ کے لئے مصائب بڑھتی ہو سکتی ہے۔ آخر لوگ ناشتے سے انکار کئے کیوں ہیں اور ناشتہ کرنے سے کڑا تے کیوں ہیں؟ کھیں اس کی یہ وجہ تو نہیں کہ آپ روز روز ایک ہی چیز ناشتے میں دیکھ کر اکتا جاتے ہیں اور کھانے سے انکار کر دیتے ہیں۔ تو پھر ناشتے کا منہ بند کر لیں۔ پھر ناشتے کے لئے آپ کو تین چیزیں پر توجہ دینی ہوگی۔ اول یہ کہ فائبر جو کہ ثابت انانج اور چند اقسام کی بریل اور سیریلز سے حاصل ہوتی۔

دوسری موی پلوں کو ناشتے کا حصہ بنانا۔

تیسری چیز پروٹین مثلاً دہی، مصنوعات، ہون، پالڈے، پھل، پھر ان کا کوئی اور نعم موسمی پھل، ثابت انانج (بریڈ، سیریلز) سے حاصل ہونے والا فائبر اور ڈیری مصنوعات میں شامل پروٹین ناشتے کی اہم ضروریات ہیں

اہل دل ایک اچھے ناشتے میں ان تینوں چیزوں کا شامل ہونا ضروری ہے۔ ریشہ یا فائبر ایسے ذرائع ہیں جن میں وٹامن B، فوٹو لک، لیسٹن، وٹامن B12، B6 شامل ہوتے ہیں۔ یہ وٹامن کھانے کے لیول کو کم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ کیونکہ یہ ہمارے لئے بہت اہمیت کا حامل ہے۔ اس وقت کے کئی زیادہ مسائل پیدا کر سکتے ہیں۔ ایک رپورٹ کے مطابق 27 سے 44 برس کی عمر کی ایسی خواتین جو روزانہ کم از کم 1000 میگرو گرام فوٹو لک اپنی غذا کے ذریعے حاصل کر لیتی ہیں، ان میں لہجہ پتھر (بلی لیول) 46 فیصد کم ہو جاتا ہے۔ مزید یہ کہ جب آپ کو بہت زیادہ فائبر ملے تو کولیسٹرول لیول بھی کم ہو جاتا ہے۔ فورٹناٹہ سیریلز اور برائڈ ایسی اشیاء ہیں جن سے ہم با آسانی فائبر حاصل کر سکتے ہیں۔ غذائی ماہرین کا کہنا ہے کہ صبح کے ناشتے میں 4 سے 5 گرام فائبر ضروری ہونا چاہئے۔ اس کے لئے آپ ”جو“ کا جواہر بھی چنے آنے کی روٹی یا برائڈ بریل سے بھی فائبر حاصل کر سکتے ہیں۔ بہت سے پھل اور سبز یوں میں بھی فائبر موجود ہوتا ہے۔ جو لوگ اپنی غذا میں ثابت انانج شامل کرتے ہیں ان کو دل کی بیماریوں کا خدشہ کم ہوتا ہے۔ ثابت انانج میں موجود ایک عنصر برائڈ Bran یعنی چرمر و حضرت کو دل کی بیماریوں سے دور رہنے میں بہت مدد کرتا ہے۔ اس طرح دل کی بیماریوں میں 10 فیصد تک کمی آ جاتی ہے۔ گندم یا جو کا دلیہ، پھل اور سیریلز میں موجود وٹامن A، C اور E ہمارے لئے بہت فائدہ مند ہیں۔ صبح کا ناشتہ نہ کرنے کے باعث آپ بہت سارا فائبر اور دل کے لئے صحت مند غذا سے محروم ہو جاتے ہیں۔ بلکہ وزن میں اضافے کے امکان کو بھی بہت بڑھا دیتے ہیں۔ تحقیق کے مطابق جو لوگ صبح کا ناشتہ اچھی طرح کرتے ہیں، ان کا وزن کمزور رہتا ہے۔ بلکہ کولیسٹرول لیول بھی کم ہو جاتا ہے۔ ناشتے میں فاسٹ فوڈز، بلیڈی میڈ کھانے فروزاں فوڈز ایسی اشیاء سے دور ہیں۔ چائے ناشتے کا ایک حصہ ضرور ہے، لیکن زیادہ مقدار میں لینے سے معدے میں جلن کا باعث بن سکتی ہے۔ اس سے نہیں بہتر تازہ پھل اور دھواں کا ایک گلاس ہو سکتا ہے۔



یہ خون پتلا کرنے والی قدرتی غذا بھی ہے

۸۔ 10 جہاں پر مشتمل سفید، دودھیا اور چمکتے کانڈی پھر بن گس لیے
استعمال ہوتے ہیں۔

... یہ گالی ہاں۔ اور حیا جانتی یا جگسا کا سنی بھی ہو سکتا ہے۔

نہ بس نہ تو باقی کی شے رکھتا ہے نہ ہی ہاں نہ خوراک بنتا ہے۔ یہ

یہ اپنی ہی بہن آپ کو حیدر آبادی کھانے پیش کرنے والی بیٹیوں پر بہن اور
 سہیلی میں عیدہ، عیدہ دستیاب ہوتا ہے، ہر جو اچھل کر نظامت
 سے تیار کے گئے اس بہن کو، اہل و عیال اور بیٹیوں کے ساتھ استعمال کیا
 ۷۲ ہے

بہن کو سیدیا بکلی ہوئی سرخ مریچ اور نمک کے ساتھ سسکے ہیں کہ کچھ ملا دوں
کی دوا بنتلہ اور کیسے دواؤں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

پانی کے ساتھ پیسٹ کی شکل میں تیار کیا جائے تو
سچی بیشتر خواتین اپنے فرج میں اس پیسٹ کو محفوظ
رہیات کے لئے ہر وقت موجود رکھتے ہیں۔ جلد تیار ہو جاتی ہے۔

کے لیے

کچھ جگہوں پر سکھایا ہوا یعنی خشک حالت میں بھی لہسن chopped شکل میں
مستعمل ہوتا ہے۔ غذا ایت میں کوئی فرق نہیں ہوتا، یہ پاؤڈر کی شکل میں ہوتو

ذائقہ قدرے مختلف ہو سکتا ہے اور اس قدر تیز می نہیں رکھتا جب سامن یا کسی
خیموں (ملاح) میں مل گیا حاکے تو بہترین ذائقہ دیتا ہے۔

لبسن کی چند تنقیدیں جو رکھیں اسے حفاظت سے
لبسن پھیل کر اس کا کاغذی چھلکا ٹیلہ دیکھا جاتا ہے اور اسے کرش کر کے سالن
میں ڈالا جاتا ہے یہ کھل کر بھی اپنی تاثیر قائم رکھتا ہے۔

ہنس کا ٹکڑا

ہاؤس ان سچے مصطفیٰ مکین میں دو پورے مہینے چوپ کر کے ایک ٹرک کسرا ہا
لکڑی کے گچھے سے ملایا جائے اور چاہیں تو چکنی بھر نیک اور کالی یا سرخ

مرچیں پیسی ہوئی ملا کر فریہ کر لیں۔ اگر فواکھل میں پیسٹ کر فریہ کریں تو جب بھی جاہن فواکھل بنا سکے استعمال کر لیں۔

سہن کا تیل

مختلف سلاوؤں کی ذرا بستو کے لئے یا sauces میں ڈالنے کے لئے چازہ
لبسن کے 10-8 جوں کو پمیل کر چھری کی مدد سے باریک کات لیں اور
چونچ بورڈ پر انہیں پھیل لیں۔ کسی شیشے کے جار میں ان پکے ہوئے
جوؤں میں زیتون کا تیل ملا کر محفوظ کر لیں۔ یہ فریق میں دو ہفتوں تک

124



حضرت امام حسن علیہ السلام سے دوں ہاتھ سے

۱۵-۱۶ جولائی کو کراچی کے قریب ایک گاؤں میں ایک شخص نے ایک کھجور کے درخت سے لٹک کر خودکشی کر لی۔
 اس شخص کی شناخت **Payium & Bran** کے نام سے ہوئی ہے۔
 اس شخص کی شناخت **Payium & Bran** کے نام سے ہوئی ہے۔
 اس شخص کی شناخت **Payium & Bran** کے نام سے ہوئی ہے۔

[illegible]

۱۔ جو اپنے بھائی کی اصلاح سے مراد اس میں کام
لے کر تھی جسے کہہ کر اس کا نام دیتے ہیں چاروں کی
کامیابی سے ہر ایک کو وہ کام دیا کہ اس کا ہر ایک

Created on 11/11/2014 10:10:10 AM

میں نے اس سے اسرارِ حق کے متعلق

۱۰۰۰ سے زیادہ لوگ ہلاک ہوئے۔ یہ واقعہ ۱۹۷۱ء میں ہوا۔

سازگار گشتن و همواره شادمانی که در چرخه و چرخه ۲

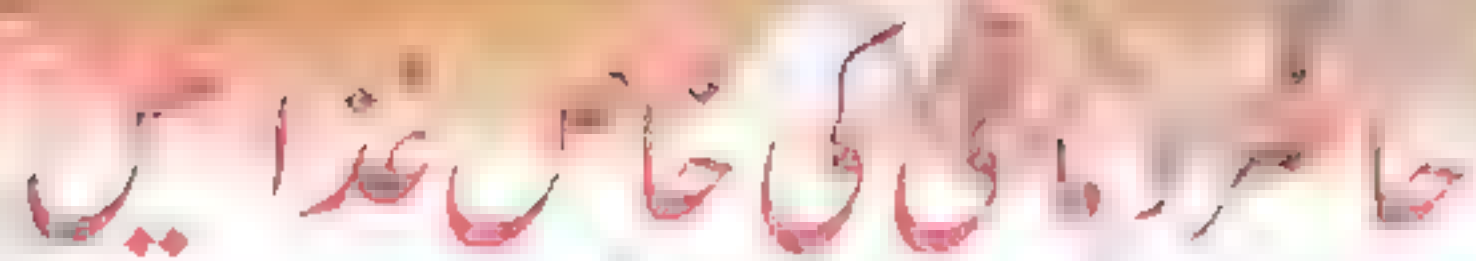
[illegible]

HelpLine: Karaoke 0312 851.

1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 26

К. 1999 г. 11 с.

Figure 4



تو اس غدا میں ہے وہ اپنے لئے کہتا ہے کہ میں نے اس سے دماغ جسم سے تعلق کوئی نہیں، لیکن ہر عمر کے افراد کو یہ چستی اور صحت مند انداز میں نظر رکھنا چاہئے تاکہ ان کے لئے قوانین و ضوابط سے متعلق مسائل میں نہ آئے۔ اس میں خاص طور پر مردوں کی غائب رہتا ہے۔ وہ میں اگر چاہیں بھی تو صبیحہ بھر یا شام میں ان میں بچوں میں جسمانی توانائی کے خزانے جمع نہیں کر سکتیں۔ آج کا انسان شوقیہ اور سرگرم رہتا ہے۔ اس کا ہوا شوق، کام و جھوڑا ہوتا ہے۔ یہ میں غدا کا کافی استعمال، مصائب و مزا کر رہا ہے۔ مزاج میں چڑچڑاہٹ، اعصابی تباہی اور بے خوبی کی کیفیت طاری ہونے لگتی ہے۔

[illegible]

1. The first step is to identify the problem. This involves understanding the situation and the goals that need to be achieved. It is important to gather all relevant information and to define the problem clearly.

Figure 1. The effect of the concentration of the *Agrobacterium* suspension on the transformation efficiency of *Agrobacterium* strains. The *Agrobacterium* strains were grown in YEA medium for 24 h at 28°C. The cell concentration of the strains was adjusted to 10⁸ cells/ml. The cell suspension was then diluted to 10⁶, 10⁷, 10⁸, 10⁹, and 10¹⁰ cells/ml. The cell suspension was then inoculated into the plant tissue. The transformation efficiency was determined by the number of transformants per 10⁶ cells. The data are the mean of three independent experiments.

[illegible]

$\frac{1}{2} \left(\frac{1}{2} \right) = \frac{1}{4}$

— *Journal of the American Medical Association*, 1990

۱- در صورتی که یک نفر از اعضای هیئت مدیره یا مدیر عامل، به دلیل تخلفات مالی و اداری، توسط مراجع ذیصلاح، محکوم شده باشد، این شرکت با او همکاری نخواهد داشت.

1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 26

— *Journal of the American Medical Association*, 1997

پیش از این در این کتاب، در مورد این موضوع بحث شده است.

نہیں کہیں گے۔ میں بھی بطور خاص ان غذاؤں کا

مجلسه ۱۳۱

بادشاہت اور قسطنطنیہ کا راجہ بنانے کے لئے گئے اور بحریہ کا قیادت اور پاک

کھانوں کی لغت



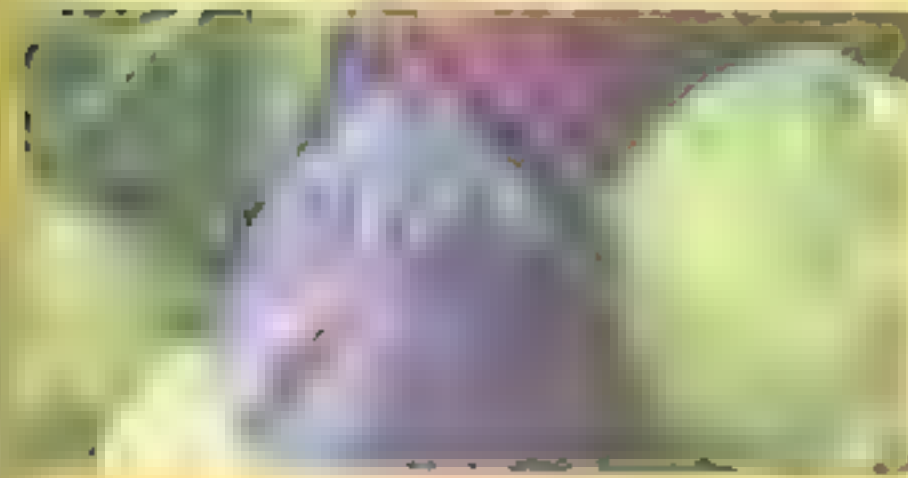
پاکستانی کھانوں میں کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔

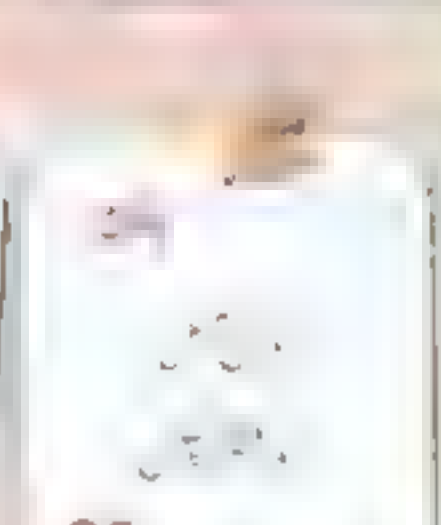
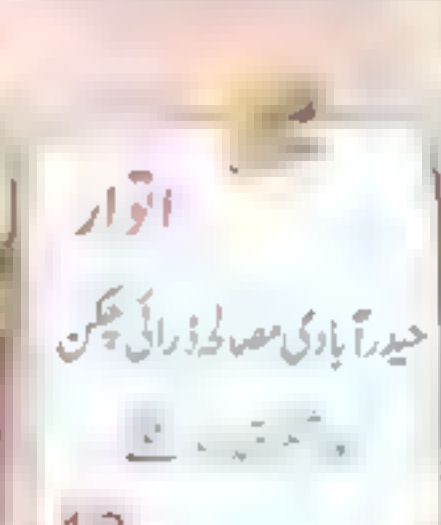
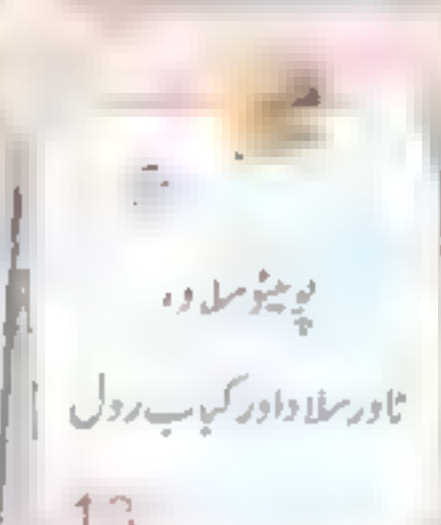


کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔



کھجور کا رس اور کھجور کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔

سیدنا ابی بکر صدیقؓ کا شمار اہل بیت سے ملے



ہستون کا ہیر ہندوستان کی ... مامتا ہے

برسہا برس سے کچھ روایتیں کچھ ثقافتیں ہمارے اندر رچ بس گئی ہیں، جیسے کہ ہمارے کانوں نے ہمیشہ سے یہ بات سنی ہے جہاں مامتا وہاں ڈالڈا ویسے ہی ڈالڈا نے برس سال ماؤں کے عظیم رتبے کو **مدرزڈے** کی صورت میں خراج تحسین پیش کیا ہے۔

اس مرتبہ آپ کے پسندیدہ **ڈالڈا** سحر سحر میں وہ خصوصی تراکیب پیش کی جارہی ہیں جنہیں بچے تھوڑی سی بڑوں کی معاونت کے ساتھ اپنی ماؤں کے لئے با آسانی بنا سکتے ہیں اور کچھ وہ تراکیب بھی شامل کی گئی ہیں جو اس خاص دن مائیں اپنے بچوں کے لئے بنا کر ان کے ساتھ انجوائے کر سکتی ہیں۔

آئیے ان خصوصی تراکیب کو بنا کر اس خاص دن کو اپنے پیاروں کے ساتھ اہتمام سے منائیں۔ اس ... اپنی خوشگوار یادوں کا حصہ بنائیں۔





گاجر اور کشمش کا سالاد

اجزاء:

۱ کلو	۱ کلو	۱ کلو	۱ کلو
آدھی پیالی	شہد	ایک کھانے کا چمچ	۱ کلو
چکنی مرچ	کالی مرچ پسلی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ	۱ کلو
۱ کلو			

ترکیب:

گاجروں کو دھو کر تھمیں اور شکر، پیاز اور مایہ میں ملا کر ۱۰ منٹ کے لیے ڈال دیں۔
ملائیں اور اس میں کش کی ہوئی گاجر اور کشمش ڈال کر ملا لیں۔

د

[illegible]

قد: ۱ دس سے چارہ عدد

لر بر جشمین

ٹھکانہ کچپ اور فرنیچ فرم کے ساتھ نہ صرف خود اطفائیا میں بلکہ اس وقت کے تمام بڑے بنگلے، ہوٹل، کالونیاں اور دیگر عمارتوں میں بھی اس کا استعمال ہوتا تھا۔



کرفل، کیمچلی و رنڈس

- چل سب سے پہلے کرفل، کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے کھانے کے لیے تیار کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔
- ان کے ساتھ ساتھ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔

پریزنٹیشن:

یہ دیکھیں کہ کیمچلی اور رنڈس کو صاف پانی میں دھو کر لیں۔

تیار کرنے کے لیے	تیار کرنے کے لیے	تیار کرنے کے لیے	تیار کرنے کے لیے
کرفل	کیمچلی	رنڈس	کرفل
کیمچلی	رنڈس	کرفل	کیمچلی
رنڈس	کرفل	کیمچلی	رنڈس
کرفل	کیمچلی	رنڈس	کرفل
کیمچلی	رنڈس	کرفل	کیمچلی
رنڈس	کرفل	کیمچلی	رنڈس
کرفل	کیمچلی	رنڈس	کرفل

تیار کرنے کا وقت: ایک گھنٹہ
پکانے کا وقت: 10 گھنٹہ
افراد: چار سے چھ کے لئے



Apr 19

Ch. D. ...

...

Apr 19

[illegible]

تیار کی کا وقت تمہیں سے چالیس منٹ
پاکے کا وقت دس سے بارہ منٹ
نہار دس سے بارہ عدد

[illegible]

در کتب

[Faint handwritten notes and markings are visible across the page.]

تیار کی کا وقت تپکیں سے چاہیں مٹ
شہد کا وقت بچیں سے تپیں مٹ
نہوے ٹھہرے سے



بیکری کی بات

تذکرہ

کے وہ ہیں جن کے ذہن میں ہے کہ وہ ایک خوب تیار و خوش ذائقہ مشروب
تیار کرنے کے لیے کچھ چیزیں ضروری ہیں۔ ان میں سے ایک ہے کہ وہ
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔ VTF کا مشروب
کے لیے ایک خاصہ ہے۔ ان کے ذہن میں ہے کہ وہ
1830ء کے مشروب کے لیے ایک خاصہ ہے۔ VTF کا مشروب
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔ ان کے ذہن میں ہے کہ وہ
کے لیے ایک خاصہ ہے۔ ان کے ذہن میں ہے کہ وہ

پریزنٹیشن:

تاریکی کا وقت: ہمیں سے چائیس منٹ
بیکنگ کا وقت: بیکس سے تیس منٹ
تعداد: پندرہ سے تیس عدد

معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔
معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔	معماری کے لیے ایک خاصہ ہے۔



چکن کولس لو (Chicken Coleslaw)

تعداد: 4

- 1. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 2. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 3. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 4. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 5. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 6. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 7. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 8. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 9. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔
- 10. چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔

پریزنتیشن:

چکن کولس لو کے لیے 1 کلو گرام چکن کھانے کے لیے استعمال کریں۔

حصہ

حصہ	تعداد	تعداد	تعداد
1	1	1	1
2	1	1	1
3	1	1	1
4	1	1	1
5	1	1	1
6	1	1	1
7	1	1	1
8	1	1	1
9	1	1	1
10	1	1	1

پاکستانی کھانا
پاکستانی کھانا
پاکستانی کھانا



پوٹیسٹو سلا داینڈ ٹاور سلا د

یوٹیٹھو سلاد کے اجزاء: **ٹاور سلاد کے اجزاء:**

فَوَيْتَنِي سِلَاحِي لِي

[illegible]

سری برقی

تاہر سلاہ کے لئے ۔

1. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} = \frac{1}{4}$
 2. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{8}$
 3. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{16}$
 4. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{16}$
 5. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{32}$
 6. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{64}$
 7. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{16} = \frac{1}{32}$
 8. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{16} = \frac{1}{64}$
 9. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{16} = \frac{1}{128}$
 10. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{32} = \frac{1}{64}$
 11. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{32} = \frac{1}{128}$
 12. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{32} = \frac{1}{256}$
 13. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{64} = \frac{1}{32}$
 14. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{64} = \frac{1}{256}$
 15. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{64} = \frac{1}{512}$
 16. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{128} = \frac{1}{64}$
 17. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{128} = \frac{1}{512}$
 18. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{128} = \frac{1}{1024}$
 19. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{256} = \frac{1}{128}$
 20. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{256} = \frac{1}{1024}$
 21. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{256} = \frac{1}{2048}$
 22. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{512} = \frac{1}{256}$
 23. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{512} = \frac{1}{2048}$
 24. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{512} = \frac{1}{4096}$
 25. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{1024} = \frac{1}{512}$
 26. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{1024} = \frac{1}{2048}$
 27. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{1024} = \frac{1}{4096}$
 28. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2048} = \frac{1}{1024}$
 29. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{2048} = \frac{1}{512}$
 30. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{2048} = \frac{1}{1024}$
 31. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{4096} = \frac{1}{2048}$
 32. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{4096} = \frac{1}{1024}$
 33. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{4096} = \frac{1}{2048}$
 34. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{8192} = \frac{1}{4096}$
 35. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{8192} = \frac{1}{2048}$
 36. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{8192} = \frac{1}{4096}$
 37. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{16384} = \frac{1}{8192}$
 38. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{16384} = \frac{1}{4096}$
 39. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{16384} = \frac{1}{8192}$
 40. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{32768} = \frac{1}{16384}$
 41. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{32768} = \frac{1}{8192}$
 42. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{32768} = \frac{1}{16384}$
 43. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{65536} = \frac{1}{32768}$
 44. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{65536} = \frac{1}{16384}$
 45. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{65536} = \frac{1}{32768}$
 46. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{131072} = \frac{1}{65536}$
 47. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{131072} = \frac{1}{32768}$
 48. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{131072} = \frac{1}{65536}$
 49. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{262144} = \frac{1}{131072}$
 50. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{262144} = \frac{1}{65536}$
 51. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{262144} = \frac{1}{131072}$
 52. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{524288} = \frac{1}{262144}$
 53. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{524288} = \frac{1}{131072}$
 54. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{524288} = \frac{1}{262144}$
 55. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{1048576} = \frac{1}{524288}$
 56. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{1048576} = \frac{1}{262144}$
 57. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{1048576} = \frac{1}{524288}$
 58. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2097152} = \frac{1}{1048576}$
 59. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{2097152} = \frac{1}{524288}$
 60. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{2097152} = \frac{1}{1048576}$
 61. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{4194304} = \frac{1}{2097152}$
 62. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{4194304} = \frac{1}{1048576}$
 63. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{4194304} = \frac{1}{2097152}$
 64. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{8388608} = \frac{1}{4194304}$
 65. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{8388608} = \frac{1}{2097152}$
 66. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{8388608} = \frac{1}{4194304}$
 67. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{16777216} = \frac{1}{8388608}$
 68. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{16777216} = \frac{1}{4194304}$
 69. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{16777216} = \frac{1}{8388608}$
 70. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{33554432} = \frac{1}{16777216}$
 71. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{33554432} = \frac{1}{8388608}$
 72. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{33554432} = \frac{1}{16777216}$
 73. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{67108864} = \frac{1}{33554432}$
 74. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{67108864} = \frac{1}{16777216}$
 75. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{67108864} = \frac{1}{33554432}$
 76. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{134217728} = \frac{1}{67108864}$
 77. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{134217728} = \frac{1}{33554432}$
 78. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{134217728} = \frac{1}{67108864}$
 79. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{268435456} = \frac{1}{134217728}$
 80. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{268435456} = \frac{1}{67108864}$
 81. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{268435456} = \frac{1}{134217728}$
 82. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{536870912} = \frac{1}{268435456}$
 83. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{536870912} = \frac{1}{134217728}$
 84. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{536870912} = \frac{1}{268435456}$
 85. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{1073741824} = \frac{1}{536870912}$
 86. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{1073741824} = \frac{1}{268435456}$
 87. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{1073741824} = \frac{1}{536870912}$
 88. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2147483648} = \frac{1}{1073741824}$
 89. $\frac{1}{4} \times \frac{1}{2147483648} = \frac{1}{536870912}$
 90. $\frac{1}{8} \times \frac{1}{2147483648} = \frac{1}{1073741824}$
 91. $\frac{1}{2} \times \frac{1}{4294967296} = \frac{1}{2147483648}$
 92. $\frac{1$

لیریر فٹبلس

[Faint, illegible handwritten notes]



ڈبل میلٹ چکن پرائٹھا، پیسٹو ساس اور کیری کا پتہ

ڈبل میلٹ چکن پرائٹھا کے اجراء:

پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ
پیشہ	پیشہ	پیشہ

پیشہ
پیشہ
پیشہ

کیری کا پتہ

پریزنٹیشن:

ایک گھر پر پرائٹھا کو پیسٹو ساس اور کیری کے ساتھ پیش



چپے دیگی نوادر

حصہ	پانی	تیل	دھواں
1	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
2	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
3	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
4	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
5	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
6	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
7	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
8	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
9	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر
10	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر	1/2 لیٹر

ترکیب

1. تیل و دھواں میں دھواں دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 2. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 3. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 4. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 5. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 6. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 7. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 8. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 9. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں
 10. تیل کے ساتھ تیل دیا جائے گا۔ دھواں دینے کے بعد تیل میں

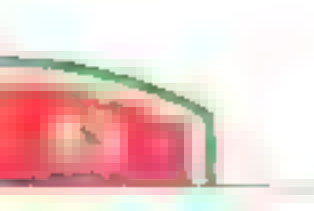
برق لکھنؤ:

برق لکھنؤ میں برقی لکھنؤ میں برقی لکھنؤ میں

برقی لکھنؤ میں برقی لکھنؤ میں
 برقی لکھنؤ میں برقی لکھنؤ میں
 برقی لکھنؤ میں برقی لکھنؤ میں

[illegible]

Figure 1 consists of three parts: (a), (b), and (c). Each part shows a horizontal chain of particles represented by small circles. In (a), a central particle is labeled '1', and its immediate neighbors are labeled '2' and '3'. In (b), the central particle is labeled '1', and its neighbors are labeled '2' and '3'. In (c), the central particle is labeled '1', and its neighbors are labeled '2' and '3'.



فریب

[illegible]

جہاں کا وقت آدھ گھنٹہ
پانے کا وقت: پینتیس سے چالیس منٹ
افراد: چار سے چھ کے لئے



کباب پڑاں

1. کباب	2. کباب
3. کباب	4. کباب
5. کباب	6. کباب
7. کباب	8. کباب
9. کباب	10. کباب
11. کباب	12. کباب
13. کباب	14. کباب
15. کباب	16. کباب
17. کباب	18. کباب
19. کباب	20. کباب
21. کباب	22. کباب
23. کباب	24. کباب
25. کباب	26. کباب
27. کباب	28. کباب
29. کباب	30. کباب
31. کباب	32. کباب
33. کباب	34. کباب
35. کباب	36. کباب
37. کباب	38. کباب
39. کباب	40. کباب
41. کباب	42. کباب
43. کباب	44. کباب
45. کباب	46. کباب
47. کباب	48. کباب
49. کباب	50. کباب
51. کباب	52. کباب
53. کباب	54. کباب
55. کباب	56. کباب
57. کباب	58. کباب
59. کباب	60. کباب
61. کباب	62. کباب
63. کباب	64. کباب
65. کباب	66. کباب
67. کباب	68. کباب
69. کباب	70. کباب
71. کباب	72. کباب
73. کباب	74. کباب
75. کباب	76. کباب
77. کباب	78. کباب
79. کباب	80. کباب
81. کباب	82. کباب
83. کباب	84. کباب
85. کباب	86. کباب
87. کباب	88. کباب
89. کباب	90. کباب
91. کباب	92. کباب
93. کباب	94. کباب
95. کباب	96. کباب
97. کباب	98. کباب
99. کباب	100. کباب

سرگرم

میں نے اپنے گھر میں ایک بڑا سا باغ بنایا ہے جس میں مختلف قسم کے پھول لگائے ہیں۔ یہ باغ نہ صرف میرے دل کو خوش رکھتا ہے بلکہ میرے دوستوں کو بھی اپنا گھر بناتا ہے۔ میں نے اپنے باغ میں ایک چھوٹا سا کھیت بھی بنایا ہے جس میں مختلف قسم کے پھل لگائے ہیں۔ یہ کھیت نہ صرف میرے دل کو خوش رکھتا ہے بلکہ میرے دوستوں کو بھی اپنا گھر بناتا ہے۔ میں نے اپنے باغ میں ایک چھوٹا سا کھیت بھی بنایا ہے جس میں مختلف قسم کے پھل لگائے ہیں۔ یہ کھیت نہ صرف میرے دل کو خوش رکھتا ہے بلکہ میرے دوستوں کو بھی اپنا گھر بناتا ہے۔

پرمیش

میں نے اپنے گھر میں ایک بڑا سا باغ بنایا ہے جس میں مختلف قسم کے پھول لگائے ہیں۔ یہ باغ نہ صرف میرے دل کو خوش رکھتا ہے بلکہ میرے دوستوں کو بھی اپنا گھر بناتا ہے۔ میں نے اپنے باغ میں ایک چھوٹا سا کھیت بھی بنایا ہے جس میں مختلف قسم کے پھل لگائے ہیں۔ یہ کھیت نہ صرف میرے دل کو خوش رکھتا ہے بلکہ میرے دوستوں کو بھی اپنا گھر بناتا ہے۔

تاری کا وقت: دو سے تین گھنٹے | پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: تین سے چار کے لئے

و ک

$\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} = \frac{1}{4}$ $\frac{1}{2} \times \frac{1}{3} = \frac{1}{6}$ $\frac{1}{2} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{8}$ $\frac{1}{2} \times \frac{1}{5} = \frac{1}{10}$ $\frac{1}{2} \times \frac{1}{6} = \frac{1}{12}$	$\frac{1}{3} \times \frac{1}{3} = \frac{1}{9}$ $\frac{1}{3} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{12}$ $\frac{1}{3} \times \frac{1}{5} = \frac{1}{15}$ $\frac{1}{3} \times \frac{1}{6} = \frac{1}{18}$ $\frac{1}{3} \times \frac{1}{7} = \frac{1}{21}$	$\frac{1}{4} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{16}$ $\frac{1}{4} \times \frac{1}{5} = \frac{1}{20}$ $\frac{1}{4} \times \frac{1}{6} = \frac{1}{24}$ $\frac{1}{4} \times \frac{1}{7} = \frac{1}{28}$ $\frac{1}{4} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{32}$	$\frac{1}{5} \times \frac{1}{5} = \frac{1}{25}$ $\frac{1}{5} \times \frac{1}{6} = \frac{1}{30}$ $\frac{1}{5} \times \frac{1}{7} = \frac{1}{35}$ $\frac{1}{5} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{40}$ $\frac{1}{5} \times \frac{1}{9} = \frac{1}{45}$	$\frac{1}{6} \times \frac{1}{6} = \frac{1}{36}$ $\frac{1}{6} \times \frac{1}{7} = \frac{1}{42}$ $\frac{1}{6} \times \frac{1}{8} = \frac{1}{48}$ $\frac{1}{6} \times \frac{1}{9} = \frac{1}{54}$ $\frac{1}{6} \times \frac{1}{10} = \frac{1}{60}$
--	--	---	---	--

۱۔ اہل بیت
۲۔ اہل بیت
۳۔ اہل بیت
۴۔ اہل بیت

دوست ہے پھر میں نے اپنے چاہوں کے ساتھ یہ شائبہ تک رکھ دیا۔ یہ ہے کہ



کریکٹ

...
...
...
...
...
...
...
...
...
...

— — — — —

— — — — —

— — — — —

[illegible]

۱- در صورتی که در یک سال دو بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۱۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۲- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۲۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۳- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۳۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۴- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۴۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۵- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۵۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۶- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۶۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۷- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۷۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۸- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۸۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۹- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۹۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.
 ۱۰- در صورتی که در یک سال یک بار بارش اتفاق افتد، در هر بار بارش، ۱۰۰۰ کیلوگرم کود پودر پاشیده شود.

پیر بر بنسبن:

[illegible]



پیالہ مرغ

حصہ

پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ
پتہ	پتہ	پتہ	پتہ

کے

پتہ

پر پتہ

پتہ

پتہ

پتہ

پتہ



ذائقہ کارسٹرو

کتاب

ذائقہ کارسٹرو، ایک مشہور اور لذیذ کھانا ہے جو پاکستان میں بہت پسند کیا جاتا ہے۔ یہ کھانا بنانے کے لیے کچھ اجزاء کی ضرورت ہے۔ ذیل دیے گئے اجزاء کو ملا کر ذائقہ کارسٹرو بنایا جاسکتا ہے۔

ذائقہ کارسٹرو بنانے کے لیے درج ذیل اجزاء کی ضرورت ہے:

- 1 کلو گرام بھاری
- 1 کلو گرام چکن
- 1 کلو گرام مٹ
- 1 کلو گرام پیاز
- 1 کلو گرام گاجر
- 1 کلو گرام کدو
- 1 کلو گرام کھیر
- 1 کلو گرام دھنیا
- 1 کلو گرام جعفری
- 1 کلو گرام گھسن
- 1 کلو گرام لہسن
- 1 کلو گرام نمک
- 1 کلو گرام پانی
- 1 کلو گرام تیل
- 1 کلو گرام گھی
- 1 کلو گرام سرکہ
- 1 کلو گرام پیاز
- 1 کلو گرام گاجر
- 1 کلو گرام کدو
- 1 کلو گرام کھیر
- 1 کلو گرام دھنیا
- 1 کلو گرام جعفری
- 1 کلو گرام گھسن
- 1 کلو گرام لہسن
- 1 کلو گرام نمک
- 1 کلو گرام پانی
- 1 کلو گرام تیل
- 1 کلو گرام گھی
- 1 کلو گرام سرکہ

پریپریشن:

1. بھاری، چکن، مٹ، پیاز، گاجر، کدو، کھیر، دھنیا، جعفری، گھسن، لہسن، نمک، پانی، تیل، گھی، سرکہ کو ملا کر ذائقہ کارسٹرو بنایا جاسکتا ہے۔

اجزاء	مقدار	تعداد	نوع
بھاری	1 کلو گرام	1	مٹ
چکن	1 کلو گرام	1	مٹ
مٹ	1 کلو گرام	1	مٹ
پیاز	1 کلو گرام	1	مٹ
گاجر	1 کلو گرام	1	مٹ
کدو	1 کلو گرام	1	مٹ
کھیر	1 کلو گرام	1	مٹ
دھنیا	1 کلو گرام	1	مٹ
جعفری	1 کلو گرام	1	مٹ
گھسن	1 کلو گرام	1	مٹ
لہسن	1 کلو گرام	1	مٹ
نمک	1 کلو گرام	1	مٹ
پانی	1 کلو گرام	1	مٹ
تیل	1 کلو گرام	1	مٹ
گھی	1 کلو گرام	1	مٹ
سرکہ	1 کلو گرام	1	مٹ

یہ کھانا بہت لذیذ ہے اور اس کی ذائقہ کارسٹرو بنانے کے لیے درج ذیل اجزاء کی ضرورت ہے۔

پیکر انمید چانپ

احرار

١	٢	٣	٤
٥	٦	٧	٨
٩	١٠	١١	١٢
١٣	١٤	١٥	١٦
١٧	١٨	١٩	٢٠
٢١	٢٢	٢٣	٢٤
٢٥	٢٦	٢٧	٢٨
٢٩	٣٠	٣١	٣٢
٣٣	٣٤	٣٥	٣٦
٣٧	٣٨	٣٩	٤٠
٤١	٤٢	٤٣	٤٤
٤٥	٤٦	٤٧	٤٨
٤٩	٥٠	٥١	٥٢
٥٣	٥٤	٥٥	٥٦
٥٧	٥٨	٥٩	٦٠
٦١	٦٢	٦٣	٦٤
٦٥	٦٦	٦٧	٦٨
٦٩	٧٠	٧١	٧٢
٧٣	٧٤	٧٥	٧٦
٧٧	٧٨	٧٩	٨٠
٨١	٨٢	٨٣	٨٤
٨٥	٨٦	٨٧	٨٨
٨٩	٩٠	٩١	٩٢
٩٣	٩٤	٩٥	٩٦
٩٧	٩٨	٩٩	١٠٠

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ

۱۰۰۰

$$b_{\gamma} = \frac{1}{2} \left(\frac{1}{\gamma} + \gamma \right)$$

تیسرا چارہ چھٹی منزل

4

$$\frac{1}{2} - \frac{3}{2} = -1$$

سرکشی

[illegible][illegible]

1. The first step is to identify the problem or question that needs to be answered. This involves understanding the context and the specific requirements of the task.

پیریشانی:

... ..



شکر قند و فلو

بہ نسبت
 ہاں یہ ہے کہ ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں

نور تسمت

ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں

ہاں
 ہاں
 ہاں
 ہاں
 ہاں
 ہاں
 ہاں

ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں
 ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں ہاں

ڈالڈا کا نسخہ



میٹھے روٹز اور براؤنی مینیا

ترکیب

احراء

1	2	3	4
1	2	3	4
1	2	3	4
1	2	3	4

نیری کا وقت: آدھا گھنٹہ
پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ
افراد: چار سے چھ کے لئے

پیرینٹیشن:



پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

آپ ہوم اکناکس لاہور سے فارغ التحصیل ہوئیں۔ آج کل کراچی میں مقیم ہیں۔ خوش ذائقہ کھانے پکانے کے لئے خاندان بھر کی پسندیدہ شخصیت ہیں۔ انہوں نے پوٹینو ڈونٹس کی آزمودہ ترکیب ہم سب کے ساتھ شیئر کی ہے۔

پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ
پیشہ ورانہ پیشہ ورانہ

۱: الفلک کی روپیہیں کی جس اہانتانی کیوں ہیں پیش کرتے

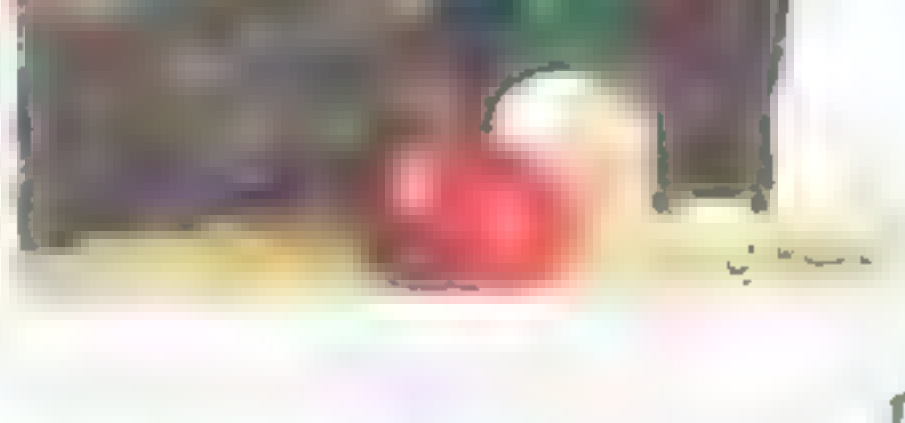
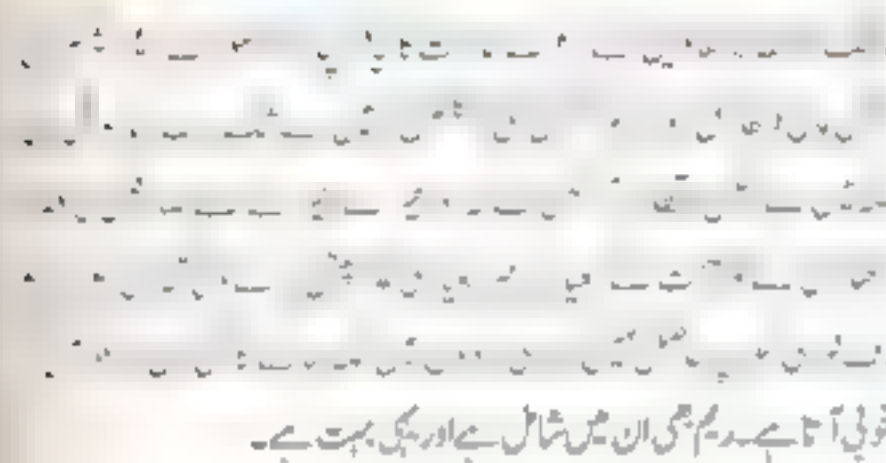
شاہین ملک

[illegible][illegible][illegible]

دش و ستیاب ہماری ہوتی ہے ہرگز نقصان کا سود نہیں دیتا۔

1

سے اور ڈش کے وسطی حصے میں بادام اور پستے کی ہونکی شکل میں پیش کئے جاتے۔
دیکھ آپ نے اُمرِ مرجعہ کے معالجے کی ڈشز کے بعد دودھ اور پھول سے تیار ڈش میں
کیا کیا کچھ کھانے کی چیزیں ہیں؟
ہے۔ اسی طرح آتم غلی میں بھی ذیل روئی کی پڑنگ برار مل، بادام اور پستے کی



1

۱۔ اے اے وہیں ہر طرف سے آتے ہیں مجھ میں ہیں
 ۲۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۳۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۴۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۵۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۶۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۷۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۸۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۹۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے
 ۱۰۔ ہر طرف سے آتے ہیں میں سے ہیں اے اے ہر طرف سے

ما از مت پیشہ خواتین کے بچوں کی نگہداشت کے ذمہ دار ادارے

میں نے وہاں صحت کے اعداد و شمار کے مطابق پاکستان میں خواتین کی آبادی کا پانچواں حصہ اس وقت مردوں کے شانہ بشانہ کام کر رہا ہے۔ ان ملازمت پر خواتین کو ملنے والے حقوق اپنے بچوں کی دیکھ بھال کے لئے فوجی سطح پر شہر میں ہر گھنٹہ ۱۰ روپے ہیں۔ جہاں بچوں کی دیکھ بھال کے ساتھ ساتھ خواتین کو ملنے والی تنخواہ بھی ان کی جاتی ہے۔ فوجی طور پر قائم ڈے کیئر سینٹر ہیں۔ ان میں پانچ سو روپے سے لے کر آٹھ ہزار روپے تک تنخواہیں ملتی ہیں۔ ان میں سے بہت سے خواتین کو سب سے زیادہ تنخواہ ملتی ہے۔ ان کے ساتھ ساتھ ان کے بچوں کو بھی تعلیم ملتی ہے۔ ان کے بچوں کو بھی تعلیم ملتی ہے۔ ان کے بچوں کو بھی تعلیم ملتی ہے۔

یہاں سے لے کر پورے ملک تک ایک سلسلہ
 کے پورے ملک میں خود مختار حکومتیں
 کے ساتھ ساتھ ایک سلسلہ کے

[illegible]

۱۔ ۲۔ ۳۔ ۴۔ ۵۔ ۶۔ ۷۔ ۸۔ ۹۔ ۱۰۔ ۱۱۔ ۱۲۔ ۱۳۔ ۱۴۔ ۱۵۔ ۱۶۔ ۱۷۔ ۱۸۔ ۱۹۔ ۲۰۔ ۲۱۔ ۲۲۔ ۲۳۔ ۲۴۔ ۲۵۔

قیام پاکستان کے باسٹھ
 سالوں میں مازمت پیشہ خواتین آئیں
 حکومتی سطح پر صرف ایک ہی ذمہ
 سینہ قائم کیا گیا ہے

میں نے کہا کہ میں نے ساقی محمد (ر) سے کہا ہے کہ وہ

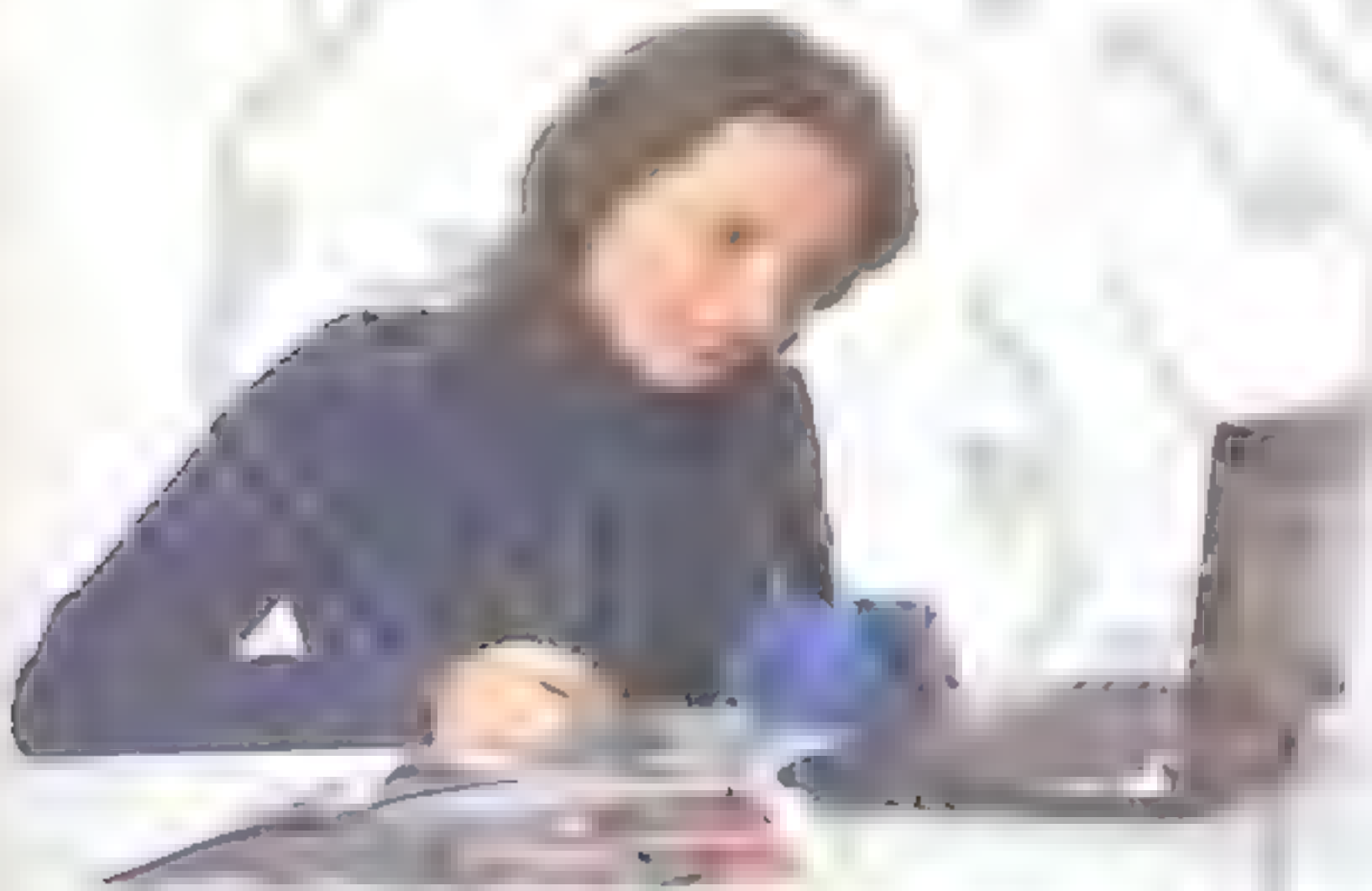
[illegible]

دفتر ضرور جائے

مگر غلطیاں کبھی نہ کیجئے

بازوق کہلانے کا فن سیکھئے

ہمارے ملک میں بہت سے عورتیں اپنے کاموں میں غلطیاں کرتی ہیں۔ یہ غلطیاں ان کے مستقبل کے لیے بڑی پریشانی بن سکتی ہیں۔ ان غلطیوں کو دور کرنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔



ان غلطیوں سے بچنے کے لیے

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

9۔ خوشبو یا کاسٹائل کم سے کم کیا جائے

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

ان غلطیوں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔ ان کے غلط کاموں سے بچنے کے لیے ان کو اپنے غلط کاموں سے روکنا ہوگا۔

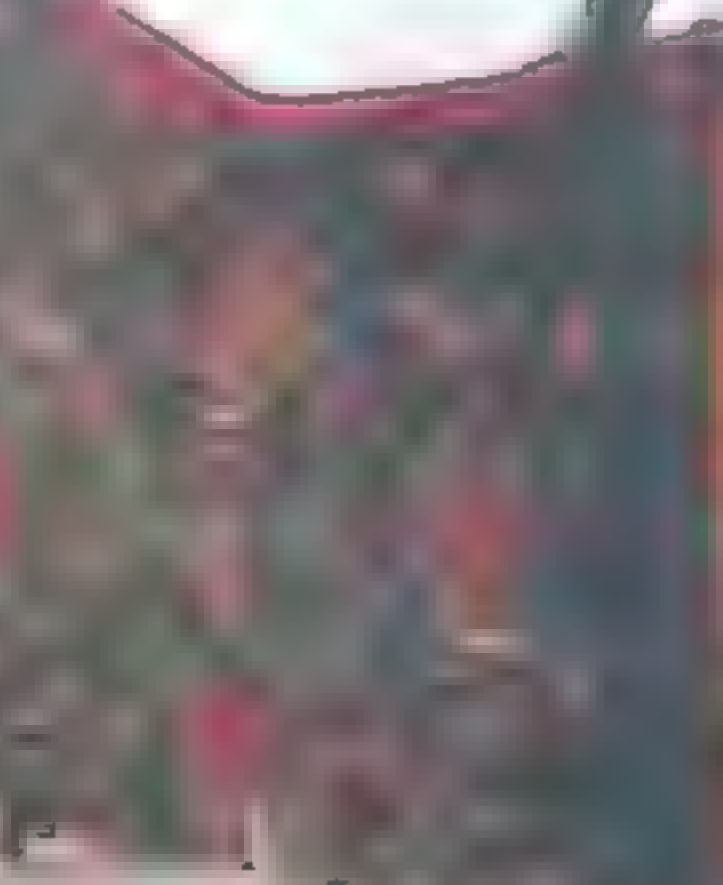
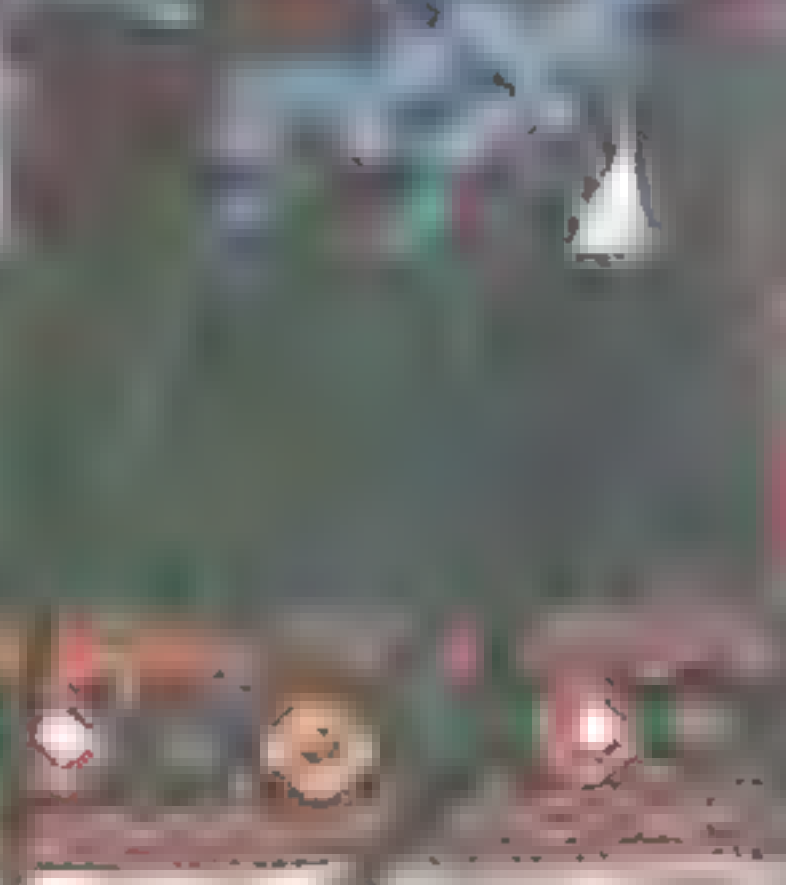
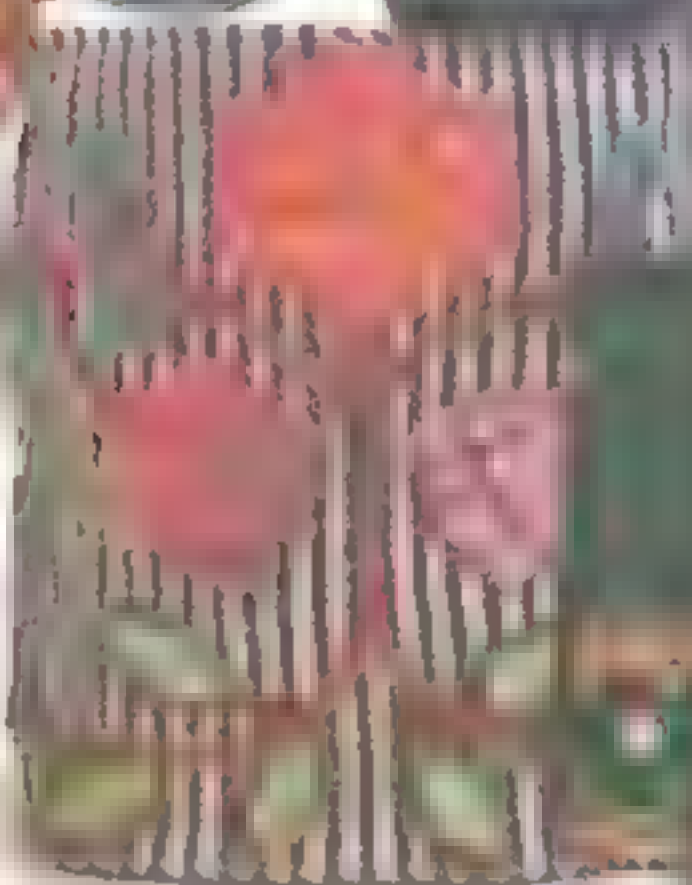
اس موسم میں 'پونی ٹیل' ہی مقبول اشاںل رہے گا

... ..

دھنک رنگ ہم سفر ہوئے

کشیدہ کاری سے مریخ پند بیگز

میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
میں نے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے
اور اسے دیکھا ہے کہ ایک شخص نے ایک رنگین لباس پہنا ہے



تھیلیسیمیا... ایک موروثی مرض

جسے خاندان میں شادی نہ کر کے بڑھتے ہوئے چھوڑنا پڑتا ہے



تھیلیسیمیا ایک موروثی مرض ہے جسے خاندان میں شادی نہ کر کے بڑھتے ہوئے چھوڑنا پڑتا ہے۔ یہ مرض خون کے گلوبولن میں سے ایک قسم کے گلوبولن کی کمی کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کی علامتیں عام طور پر بچپن میں ظاہر ہوتی ہیں، جیسے کہ پتلی رنگ کی تھکن، کمزوری، اور کھانسی۔ اگر یہ مرض تشخیص نہ ہو سکے تو یہ خاندان کے لیے ایک بڑے درد کا سبب بن سکتا ہے۔

تھیلیسیمیا ایک موروثی مرض ہے جسے خاندان میں شادی نہ کر کے بڑھتے ہوئے چھوڑنا پڑتا ہے۔ یہ مرض خون کے گلوبولن میں سے ایک قسم کے گلوبولن کی کمی کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کی علامتیں عام طور پر بچپن میں ظاہر ہوتی ہیں، جیسے کہ پتلی رنگ کی تھکن، کمزوری، اور کھانسی۔ اگر یہ مرض تشخیص نہ ہو سکے تو یہ خاندان کے لیے ایک بڑے درد کا سبب بن سکتا ہے۔

تھیلیسیمیا ایک موروثی مرض ہے جسے خاندان میں شادی نہ کر کے بڑھتے ہوئے چھوڑنا پڑتا ہے۔ یہ مرض خون کے گلوبولن میں سے ایک قسم کے گلوبولن کی کمی کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کی علامتیں عام طور پر بچپن میں ظاہر ہوتی ہیں، جیسے کہ پتلی رنگ کی تھکن، کمزوری، اور کھانسی۔ اگر یہ مرض تشخیص نہ ہو سکے تو یہ خاندان کے لیے ایک بڑے درد کا سبب بن سکتا ہے۔

تھیلیسیمیا ایک موروثی مرض ہے جسے خاندان میں شادی نہ کر کے بڑھتے ہوئے چھوڑنا پڑتا ہے۔ یہ مرض خون کے گلوبولن میں سے ایک قسم کے گلوبولن کی کمی کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کی علامتیں عام طور پر بچپن میں ظاہر ہوتی ہیں، جیسے کہ پتلی رنگ کی تھکن، کمزوری، اور کھانسی۔ اگر یہ مرض تشخیص نہ ہو سکے تو یہ خاندان کے لیے ایک بڑے درد کا سبب بن سکتا ہے۔

پتے کا اخراج ہرگز نہیں



کا درد سیدھی پیلیوں کے پیچھے سے شروع ہوا تھا اور بتدریج اس کی ناقابل برداشت نہیں کدھے تک پہنچنے لگتی تھی۔ درود کی اس کیفیت میں

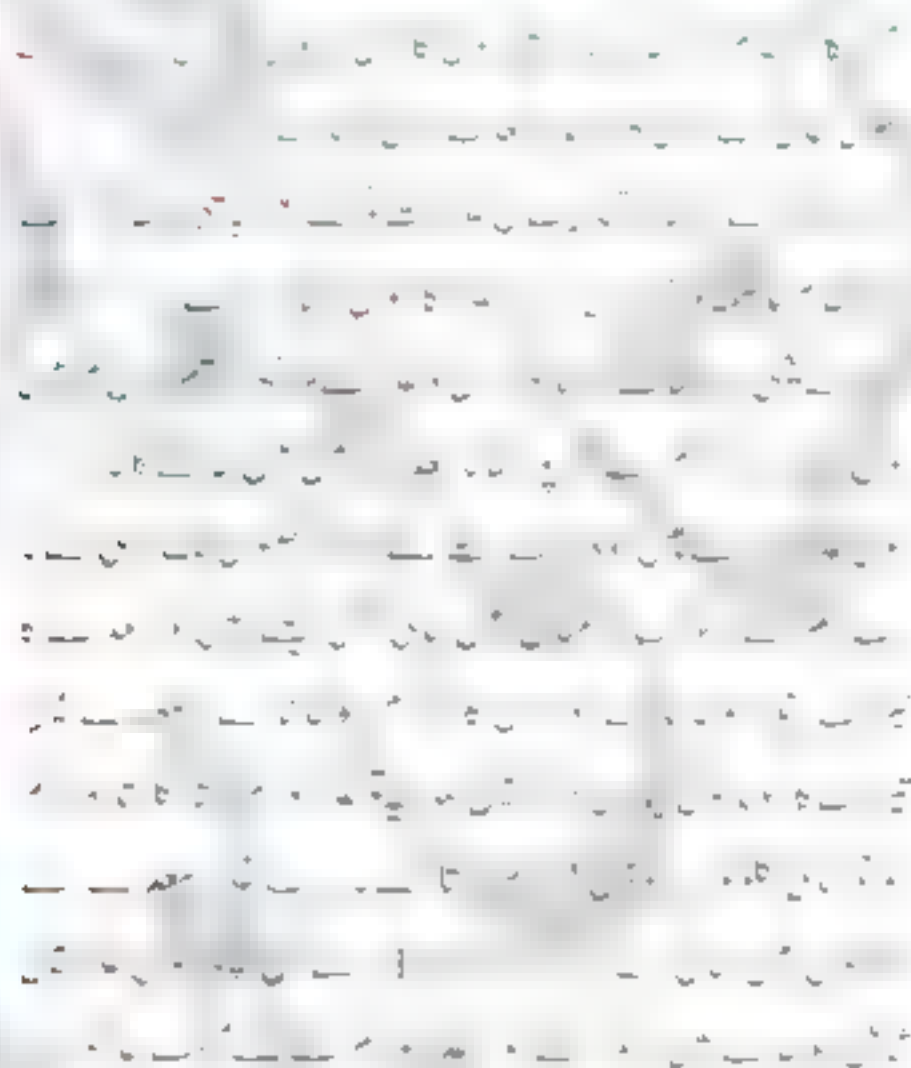
اُمرا ایک رُنگ جو پنے کونہر سے ملاتی ہے اسے کامن رنگ کہتے ہیں۔ اس میں پتھری پھنس جائے تو یہ کان بھونکتا ہے۔ پنے کی سوزش اور پتھری کا علاج بتا دیا ہی میں کر دینا چاہئے۔

[illegible]

مریض کو کبھی اور دوا بخم نہ دے، آسانی پائے۔ عموماً کسی دوا کی تھجڑی امراض جگر

[illegible]

کھانے کے دوران پانی پینے سے نظام ہاضمہ بگڑتا ہے



1. The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for a systematic approach to record-keeping, such as using a ledger or accounting software, to ensure that all financial data is properly documented and organized.

2. The second part of the document focuses on the importance of regular financial statements, such as the balance sheet, income statement, and cash flow statement. It explains how these statements provide a clear overview of the company's financial health and performance, allowing management to make informed decisions based on the data.

3. The third part of the document discusses the importance of budgeting and financial planning. It highlights the need to set realistic financial goals and create a budget that outlines the expected income and expenses for a given period. This helps in monitoring the company's financial performance against the budget and identifying areas for improvement.

4. The fourth part of the document addresses the importance of tax compliance. It explains the various tax obligations that a company may have, such as income tax, sales tax, and payroll taxes, and emphasizes the need to stay up-to-date with the latest tax regulations to avoid penalties and ensure accurate reporting.

5. The fifth part of the document discusses the importance of financial reporting and transparency. It explains how regular financial reporting to stakeholders, such as investors and creditors, helps in building trust and confidence in the company's financial performance. It also emphasizes the need for transparency in financial reporting, ensuring that all financial data is accurately and honestly presented.

6. The sixth part of the document discusses the importance of financial risk management. It explains how companies can identify and assess financial risks, such as currency fluctuations, interest rate changes, and credit risk, and implement strategies to mitigate these risks. This helps in protecting the company's financial assets and ensuring its long-term financial stability.

7. The seventh part of the document discusses the importance of financial innovation and technology. It explains how the use of financial technology, such as blockchain, artificial intelligence, and cloud computing, can revolutionize the way companies manage their finances. It highlights the potential benefits of financial innovation, such as increased efficiency, reduced costs, and improved security.

8. The eighth part of the document discusses the importance of financial education and training. It explains how providing financial education and training to employees and management can help in improving financial literacy and decision-making skills. This leads to better financial management and overall business success.

9. The ninth part of the document discusses the importance of financial ethics and integrity. It explains how maintaining high standards of financial ethics and integrity is crucial for building a strong reputation and trust with stakeholders. It emphasizes the need for transparency, honesty, and accountability in all financial transactions.

10. The tenth part of the document discusses the importance of financial sustainability. It explains how companies can ensure their financial sustainability by focusing on long-term growth, managing resources efficiently, and maintaining a strong financial foundation. This helps in ensuring the company's ability to withstand economic challenges and achieve its long-term goals.

[The page contains faint, illegible markings or bleed-through from the reverse side.]

دوران یا فوراً بعد یانی نہ پیس تو اس میں

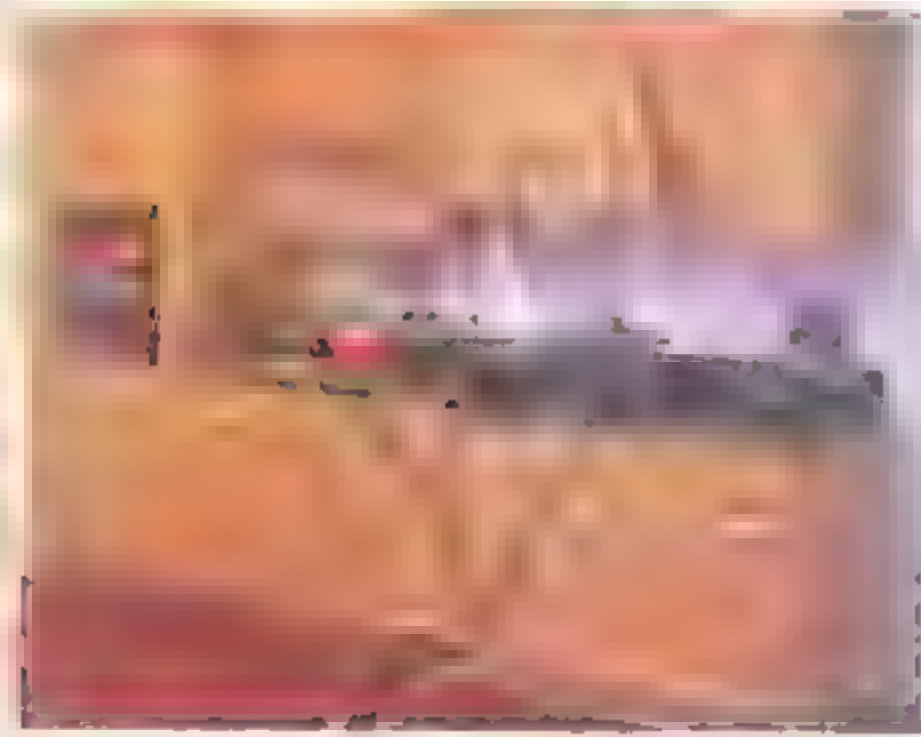
一、基本案情

Journal of Management Inquiry 18(6)



کوکنگ اور گھرداری کی رہنمائی کے لئے ڈالڈائیڈ وائزری سروس

ہاں! میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔



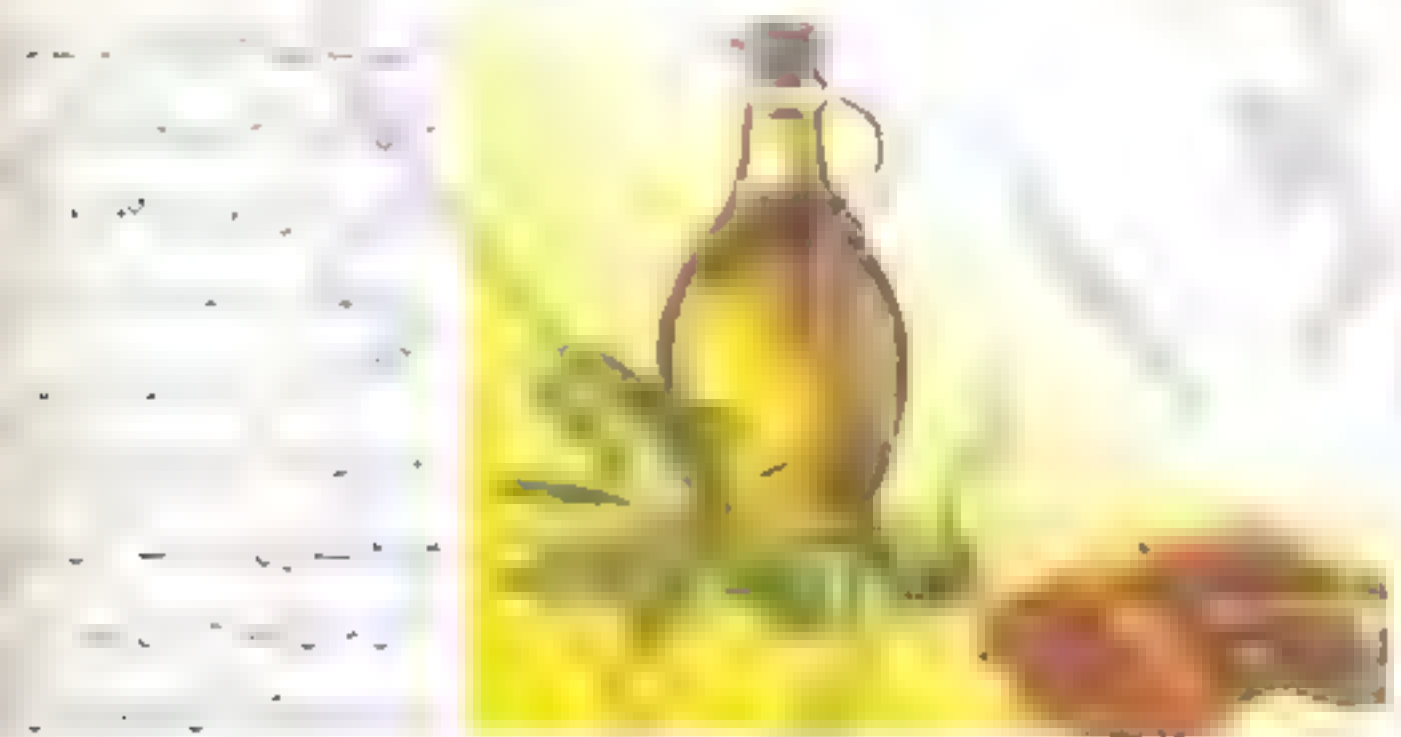
میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔

میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔



میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔

آپا میری عمر 30، 35 سال کے درمیان ہے اور ابھی سے کھنوں میں درد رہے گا ہے۔ کوئی نوکھ بتاویں؟



میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔



میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔

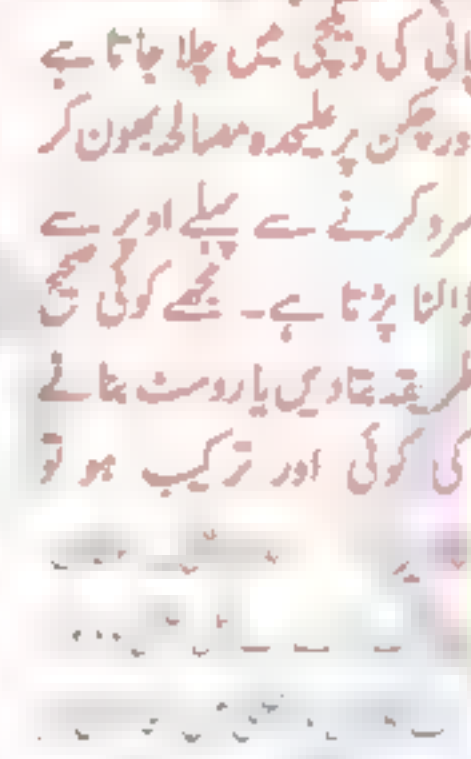
آپا میرے بال بہت دو موٹے، خشک اور روکھے ہیں جبکہ ہفتے میں 2، 3 بار تیل بھی لگاتی ہوں۔ دو مہینے بعد بال کٹواتی ہوں پھر بھی بال دو موٹے ہو جاتے ہیں۔ پلیز مجھے کوئی اچھا نسخہ بتاویں۔



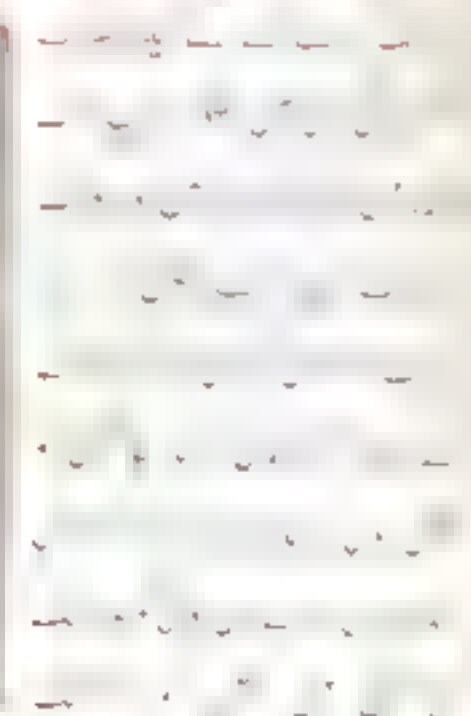
میں نے اس میں بہت سی چیزیں یاد کی ہیں۔ لیکن میں نے اس میں کوئی چیز یاد نہیں کی۔



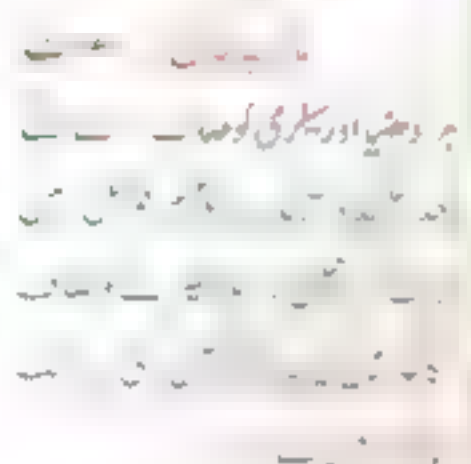
...the



کبھی کسی انجکشن وغیرہ لگوانے کے بعد آئینک کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے یا چہرے پر آئینک کرنا



میں کس طرح رکھے جائیں گے؟
کئی روز تک تازہ رہ سکیں؟



۱۰۰

[illegible]

Mailing Address: P.O. Box 3660, Karachi, Pakistan

Email Address: dalda.advisory@daldafoods.com

Website : www.daldafoods.com

درختان فاروقی

The first part of the paper discusses the importance of the research and the objectives of the study. It then presents a literature review of the existing research on the topic. The methodology section describes the research design and the data collection process. The results section presents the findings of the study, and the conclusion section summarizes the main findings and provides recommendations for future research.

یہاں اسٹیل کی قدر کا حوالہ دیا گیا ہے۔

1. The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for regular reconciliation and the use of reliable accounting software to ensure data integrity.

2. The second part of the document focuses on the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for regular reconciliation and the use of reliable accounting software to ensure data integrity.

3. The third part of the document focuses on the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for regular reconciliation and the use of reliable accounting software to ensure data integrity.

4. The fourth part of the document focuses on the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for regular reconciliation and the use of reliable accounting software to ensure data integrity.

5. The fifth part of the document focuses on the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for regular reconciliation and the use of reliable accounting software to ensure data integrity.

[illegible]

یہاں آپ کو پوسٹل کی بائیس ڈیڑھ گارنٹی ہے۔

مسقانی کے tips

پیدا ہونے لگیں گے اور آپ آلودگی کے اس ماحول میں نہ تو دل لگا کر کچھ
کھا سکیں گی نہ ہی کسی کی آمد کا خیر مقدم ہی کر سکیں گی۔ اس نئے پورے گھر کی
صنائی ایک طرف اور کچن کی دیکھ بھال۔ صناعی سترائی کی اہمیت پتی جگہ
ہے۔ بہتر یہی ہے کہ نئے کچن کو بہت جلد چرائیم آلودہ ہونے دیں۔ خوبھی

آرکیٹیکٹ اس قدر ماہر ضرور ہونا
چاہئے کہ جسے مشرق، مغرب،
جنوب اور شمال سے ہوا اور روشنی
کے گزر کا علم ہو

[illegible]

پیش کرتے ہیں تاثراتی آہنگ

لے

اسکیٹنگ سے نیویا کے ٹکڑوں (ڈنمارک، نیوزی لینڈ، آئس لینڈ اور ماروے) میں اس رنگ کو نہایت پسندیدگی کی نظر سے دیکھا جاتا ہے اور مردوں کا خاص رنگ ہے۔

10

۔ ایک گھاس کے رنگ سے بھی مدھم ہوا اور موت کی علامت کا اثر
نہایت سے ابھرتا ہے۔ ایک لمحہ کے لیے یہ
قدح کی گھاس کے رنگ سے ابھرتا ہے۔ ایک لمحہ کے لیے یہ
قدح کی گھاس کے رنگ سے ابھرتا ہے۔ ایک لمحہ کے لیے یہ



سے کمزور رہتا ہے۔ ماہرین آتش سے کہتے ہیں کہ یہ طاقت دونوں خصوصیات کا مجموعہ قرار دیتے ہیں۔

دودھ یا کھل سفید

1820ء سے اسی رنگ کا رواج زیادہ ہوا۔ تب سے ہر رنگ میں سفید

[illegible]

رگ بچھائیں آرائش و نفاست کے لئے

رگ بچھانے کے فوائد

رگ بچھانے سے گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔

رگ بچھانے کے طریقے

رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

رگ بچھانے کے نوٹس

رگ بچھانے کے وقت گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔ رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

رگ بچھانے سے گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔

رگ بچھانے کے طریقے

رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

رگ بچھانے کے نوٹس

رگ بچھانے کے وقت گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔ رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

سوئے کے کمرے

خاص کر مردوں کے دونوں میں ان کمروں میں ڈوئی رگ بچھانے سے شدید ٹھنڈک کا احساس دو چند نہیں ہوتا۔ تاہم اگر بیڈ روم میں بچے کے کمرے کا قالیچ بچھا ہے تو بستر کے دائیں اور بائیں دونوں جانب بچے کے رگ بچھا نا اچھا ہوگا۔ بچے کے بستر کے دونوں طرف صاف کر کے۔

آج کل ہارڈ وڈ فلور بھی فیشن میں ان ہیں، آرائشی رگز کو ان فرشوں پر بچھایا جائے تو بہت دلکش نظر آتے ہیں

رگ بچھانے سے گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔ رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

گھر کی برائی

گھر کی برائی سے گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔ رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔

مردانہ نشست گاہ

مردانہ نشست گاہ سے گھر میں آرائش و نفاست بڑھتی ہے اور یہ ایک سستا اور آسان کام ہے۔ رگ بچھانے کے لیے پہلے گھر میں موجود رگوں کی جانچ لینی چاہیے۔ اگر رگ ٹوٹا ہو یا کھرا ہو تو اسے بدل دینا چاہیے۔ پھر رگ بچھانے کے لیے مناسب رنگ اور نمونہ منتخب کرنا چاہیے۔



جن سے گھر نظر آتے ہیں بارونق

一、目的
 二、意义
 三、范围
 四、方法
 五、结果
 六、结论
 七、讨论
 八、参考文献
 九、附录
 十、致谢
 十一、其他

جائے۔ آپ کے اوتار یا ڈانٹنا رکھ رہی ہے مرکزی دیوار کی اس کی مناسب جگہ ہے۔
دراصل اس سمت کو Focal point کہا جاتا ہے اگر کوئی چھوٹا ہے۔ یہ سمت
اور اس کی سمتوں کے طوں و عرض کی پیمائش کرتے ہیں۔ یہ بارڈر فلیج سے زیادہ ہیں کی تو
بجائے کشمکش کے غلبے کا تاثر دینا ہے۔ ہر کثرت میں۔

اور آویزاں کرنے سے گھرے کی چابیٹ پڑھتی ہے۔

1. The first step is to identify the problem or question that needs to be answered. This involves understanding the context and the specific requirements of the task.

2. The second step is to gather relevant information and data. This may involve research, consultation with experts, or collecting data from various sources.

3. The third step is to analyze the information and data collected. This involves identifying patterns, trends, and relationships that can help in understanding the problem.

4. The fourth step is to develop a solution or answer. This involves applying the knowledge and skills gained from the previous steps to create a plan or strategy that addresses the problem.

5. The fifth step is to implement the solution and evaluate the results. This involves putting the plan into action and monitoring the progress to ensure that the problem is solved effectively.

.....

1. The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions, including sales, purchases, and expenses. It emphasizes the need for a systematic approach to record-keeping, such as using a ledger or accounting software, to ensure that all financial data is properly documented and organized.

2. The second part of the document focuses on the importance of regular financial statements, such as the balance sheet, income statement, and cash flow statement. It explains how these statements provide a clear picture of the company's financial health and performance, allowing management to make informed decisions about the future of the business.

3. The third part of the document discusses the importance of budgeting and financial planning. It explains how a well-defined budget can help management allocate resources effectively, control costs, and achieve the company's financial goals. It also emphasizes the need for regular monitoring and adjustment of the budget to reflect changes in the business environment.

4. The fourth part of the document discusses the importance of financial reporting and transparency. It explains how regular financial reporting to stakeholders, such as investors and creditors, can build trust and confidence in the company's financial performance. It also emphasizes the need for transparency in financial reporting, ensuring that all financial data is accurately and honestly reported.

5. The fifth part of the document discusses the importance of financial risk management. It explains how financial risk management involves identifying, assessing, and mitigating financial risks, such as currency fluctuations, interest rate changes, and credit risk. It emphasizes the need for a proactive approach to financial risk management, ensuring that the company is prepared to handle potential financial challenges.

6. The sixth part of the document discusses the importance of financial innovation and technology. It explains how financial innovation, such as the use of blockchain, artificial intelligence, and big data, can transform the financial industry and improve financial performance. It emphasizes the need for companies to embrace financial innovation and technology to stay competitive in the market.

7. The seventh part of the document discusses the importance of financial sustainability. It explains how financial sustainability involves ensuring that the company's financial performance is sustainable over the long term, taking into account environmental, social, and governance (ESG) factors. It emphasizes the need for companies to integrate ESG factors into their financial reporting and decision-making processes.

8. The eighth part of the document discusses the importance of financial education and training. It explains how financial education and training for management and employees can improve financial literacy and decision-making skills, leading to better financial performance. It emphasizes the need for companies to invest in financial education and training for their workforce.

9. The ninth part of the document discusses the importance of financial regulation and compliance. It explains how financial regulation and compliance are essential for maintaining the integrity and stability of the financial system. It emphasizes the need for companies to adhere to financial regulations and standards, ensuring that they are operating in a legal and ethical manner.

10. The tenth part of the document discusses the importance of financial innovation and technology. It explains how financial innovation, such as the use of blockchain, artificial intelligence, and big data, can transform the financial industry and improve financial performance. It emphasizes the need for companies to embrace financial innovation and technology to stay competitive in the market.

کمرے کا ایسا رخ مناسب ہوگا جہاں داخل ہوتے ہی آپ کی نگاہ ایک زاویے پر مرکوز ہو جائے۔ آپ کے لاؤنج یا ڈرائنگ روم کی مرکزی دیوار ہی اس کی مناسب جگہ ہے

[illegible]

بنکاک...

دنیا کے سیاحت میں صنف اول کی حیثیت کا حامل شہر



بنکاک تھائی لینڈ کا دارالحکومت ہے جو دنیا کے چند صوبہ اول کے سیاحتی مراکز میں نمایاں حیثیت رکھتا ہے۔ یہ 568.7 کلومیٹر طویل اور 6057 میل تک پھیلا ہوا وسیع تر علاقے دریائے چھاؤ فرایا کے دہانے پر آباد ہے۔ نقشے میں اس شہر کی شناخت ٹکون کی شکل ہے اور سیر و سیاحت کے متوالوں کے لئے جنت ارضی سے کم نہیں۔

بنکاک کثیر الاہادی شہر ہے۔ یعنی آٹھ ملین نفوس پر مشتمل یہ خطہ اپنے اندر انسانوں کا ہجوم چھپائے ہوئے ہے، جن میں مقامی افراد کے علاوہ عرب، ایشیائی اور یورپ کے باشندے بھی نظر آتے ہیں۔ اس وقت پورے تھائی لینڈ کی معیشت اور تجارت کا محور بھی شہر ہے جو جدید ترین ٹیکنالوجی سے لیس ہے۔ یہاں ایئر پورٹ پر ہر تیسرے منٹ کوئی نہ کوئی بین الاقوامی پرواز پر تول رہی ہوتی ہے۔ صحت کے مرکز، سرمایہ کاروں کے کاروبار، فنون کے شعبے یا فیشن اور تفریحات کے شعبے ہر جگہ اس شہر کے چمکے ہیں۔ دلچسپ امر یہ ہے کہ بنکاک مغربی رہائشیوں کے دہاؤ کے بعد یہ جدید ترین شہر بنایا گیا ہے۔ آج دنیا بھر کے سرمایہ کاروں کی نظریں ایسے ہی خطوں پر لگی ہیں۔ جہاں بین الاقوامی سطح پر عالمی منڈی میں تجارتی سرگرمیاں سالانہ کی جا سکتی ہیں۔ 1990ء تک متعدد قابل ذکر ملٹی نیشنل کارپوریشنوں کے ذیلی دفاتر یہاں قائم ہو چکے ہیں۔ ان دنوں یہاں ڈیموکریٹ پارٹی کی حکومت ہے

درخشاں و روتی

بنکاک کے خاص مقامات

تاریخی گرینڈ پلس جہاں مندروں کا بچا ہے جال

یہ وہ پیش پیش مقامات ہیں جن کے نام و ناموس سب سے پہلے سنا جاتا ہے۔ یہاں پر تاریخی و ثقافتی مقامات کی تعداد بے شمار ہے۔ یہاں پر تاریخی و ثقافتی مقامات کی تعداد بے شمار ہے۔ یہاں پر تاریخی و ثقافتی مقامات کی تعداد بے شمار ہے۔

اسے تمیز

[illegible]

گھوڑے ایک مرتبہ چارپائی پر بے حس پڑی ہوئی اپنی بیوی کو دیکھ پھر آہستہ
 سے اٹھ کھڑے ہوئے۔

اب وہ مرگئی جیس اور ان کی ساری دولت کئی سیر مونا اور بہت سا روپیہ نقد جلا لیا۔ یہ کسی سے اور اب وہ چاروں کے ساتھ لڑ رہی تھیں۔

تو یہ باتیں سن کر انہیں بہت دکھ ہوا۔ انہوں نے کہا کہ یہ سب باتیں سن کر میں بہت غم میں آتی ہوں۔ میں نے کہا کہ میں نے سب باتیں سن کر بہت غم میں آتی ہوں۔ میں نے کہا کہ میں نے سب باتیں سن کر بہت غم میں آتی ہوں۔

”خاک دیس کے مشاوی پرتو انہوں نے مجھے کچھ نہیں دیا۔“
 ”جدا فہم ہو۔ پھر وہی بات کرتا ہے اس وقت ان کے پاس تو ہی کیا؟ جب ہوگا
 آوے ویں گے۔“

[illegible][illegible]

کے ماں باپ اس کے گاؤں سے تین چار میل مغرب میں موضع نشن پور میں
رہتے تھے۔ نگہ کادل کئی بار چاہا کہ بھاگ کر وہاں کے حالات اور خاص طور پر
عدل کے متعلق سچے باتیں معلوم کر آئے۔ لیکن شہج بھڑا تھا اور اس کا بڑھا

دو مہینے تو کمائی کے ہوتے ہیں۔ باپ اسے سویرے سویرے دہائیوں کے چھوٹے بھائیوں کے گھر اٹھا کر لے جاتا تو شام گئے ہی واپس ہوتی۔ کبھی کبھی تو رات

تھی۔ ان ہی دنوں اکاؤنٹدارانوں کی خبریں آنے لگیں۔ ان دنوں سے تین پر کوئی بل چل نہیں ہوئی۔ اس ضمن میں ایک شخص نے کہا کہ وہ ایک شخص سے ملے گا جس سے وہ سب کو خبر دے گا۔

دو روز بعد ایک شخص نے کہا کہ وہ سب کو خبر دے گا۔

چلا اور گھوڑا اس کے خاندان اور گاؤں والوں اور عیاش کے گاؤں والوں بھی کو

گھریا چھوڑ کر پندرہ میل کے فاصلے پر ایک کیمپ میں پناہ لینی پڑی۔

کے ماموں اور نانا کا: یہ پاس ہی تھا۔ یہ ڈیرہ دار ایک کھلے جنگل میں سر پر چند

پہلی برائی چادر میں تانے بیٹھے ہوئے تھے، لیکن ہر خاندان نے زمین کے ایک ٹکڑے میں رہنے کو کسی نہ کسی چیز سے محصور کر کے اپنا قبضہ جمایا تھا۔ کھپ میں کسی قسم کی کوئی خبر نہ تھی۔ ابھی یہاں سے انھوں کا عمل شروع نہیں ہوا تھا۔ اس لئے لوگ جیسے آہستہ آہستہ یہاں بس سے گئے تھے۔ صبح سویرے مہاجر کھپ میں ہضم خاندانوں کے مرد کھپ سے باہر ڈرتے ڈرتے ایندھن کی تلاش میں جاتے، عورتیں بچی دھتتیں، کبھی کبھی اشیائے خوردنی کا توڑا ہو جاتا تو کچھ خیر دل جو جوان قریب و دیباہ میں جو مسلمانوں کی اکثریت والے گاؤں تھے، مگر ان کے کھپ میں آ جانے کی وجہ سے تقریباً خالی پڑے تھے، رات کے وقت چھاپے مار کر اناج کی گھڑیاں باندھ لاتے اور راستے میں شکر قندی، کدو، کئی بھنے، جو کچھ بھی ہاتھ لگا اٹھا لاتے۔ شام کو چوہے بکھتے، جھڑکی گڑ گڑکی آوازیں آتیں اور پاکستان پہنچنے کے پروگرام بننے۔ انسانوں کے اس عظیم الشان بھوم میں پریشانی کے زیادہ تر بھنے وہی ہوتے جب کسی کے پاس اناج یا لکڑی یا ایسی ہی فوری ضرورت کی کوئی چیز ختم ہو جاتی تھی۔ آخر کار لکھنؤ اور اس کے عزیزوں کے ان تینوں خاندانوں پر بھی یہ وقت آن پڑا۔

عیساں کے باپ کے ذمے میں جس کی حد بند یوں کے لئے رسد باندھ دیا گیا تھا، یہ سب لوگ بیٹھے ہوئے تھے اور اناج اور ایندھن کے حصول کے مسئلے پر سوچا بچار کر رہے تھے۔

جلال نے کہا "لکڑیاں اور گھیاں مل جائیں تو چاہے کتنی قیمت ادا کرنی پڑے لیکن کیوں نہ ہوتی؟" اس نے عیساں کے باپ کی طرف دیکھتے ہوئے کہا "مگر مشکل ہے کہاں قیمت کوئی چیز ملے گا سوال یہ ہی نہیں ہوتا۔ بڑا مشکل وقت آن پڑا ہے۔" یوں کام نہ بنے گا۔ اس کے ماموں نے حقہ کاش لیتے ہوئے کہا "کھپ سے باہر نکلتے ہیں، لوگ ادھر ادھر سے لکڑیاں کاٹ کر لاتے ہیں۔ کسی کو زیادہ پیسوں کا لالچ دیں گے۔ شاید کوئی کام بن جائے، مگر یہاں بیٹھنے سے تو کچھ حاصل نہیں ہوگا۔ ہاتھ چڑھاؤ تو کوئی نہ کوئی سیکل نکل ہی آتی ہے۔" چل پھر کوشش کریں۔ عیساں کے باپ نے فوراً اٹھتے ہوئے کہا۔

جلال کا ماموں اور بڑا چاچا بھی اٹھ کھڑا ہوا۔ جلال کی حیثیت عیساں کے باپ کے گھر میں اب تک ایک مہمان کی ہی تھی۔ اسے گھر میں کبھی کسی نے ایک تنکا دوہرا کرنے تک کے لئے نہیں کہا تھا، مگر آج تینوں آدمی اسے ایک جان جو کھوں کے کام پر اپنے ساتھ لے جانے کے لئے خنجر کھڑے تھے۔ پہلے تو اسے یہ بات بڑی بری لگی، مگر کچھ دیر بعد یہ سوچ کر اٹھ کھڑا ہوا کہ شاید پیسوں کی ضرورت کی وجہ سے اسے ساتھ لے جانے پر اصرار کیا جا رہا ہے۔

جب یہ لوگ کھپ سے دو تین فرلانگ آگے نکل گئے تو جلال نے کہا "یہاں تو آدم نہ آدم کی دولت نظر آتی ہے۔ بھلا یہاں کون لکڑیاں اور اناج لے کر آئے گا۔" "ذرا اس قدم آگے چل کر ان درختوں کے نیچے تھوڑی دیر کے لئے بیٹھ جاتے ہیں۔ وہ راستہ ہے اور لوگ ادھر ہی سے گزر کر کھپ میں جاتے ہیں۔ شاید کوئی مل جائے" اس کے ماموں نے کہا۔

جلال بادل غواست آگے بڑھا، لیکن جھاریوں کے پاس پہنچے ہی عیساں کے باپ نے اسے پیچھے سے اپنی گرفت میں لے کر زمین پر گرا دیا۔ اس کا ماموں چشم زدوں میں اس کی چھاتی پر سوار ہو گیا اور یوڑھے تانے لپک کر اس کی ٹانگیں مضبوطی سے پکڑ لیں۔ جلال کچھ بھی سمجھ نہ سکا۔ اس کا رنگ زرد پڑ گیا۔ اس نے ہاتھ باندھے، لیکن عیساں کے باپ نے آگے بڑھ کر اس کے دونوں

ہاتھ پکڑ لئے۔ اس کے ماموں نے دھوتی میں آڑی ہوئی چھری نکال کر جلال کی گردن پر رکھ دی۔

چھری کندھی، اس نے دونوں ہاتھوں سے بڑے زور سے اسے دبا کر چلانے کی کوشش کی۔ پچاس برس کی عمر میں جلال کی گردن کا تھکاؤ کم ہو چکا تھا۔ جلد لگی ہوئی تھی۔ پہلے تو چڑا کھٹنے کے بجائے چھری کے ساتھ ساتھ ادھر ادھر ہوتا رہا، لیکن بالآخر ایک جگہ سے کٹ گیا۔ ماموں نے چھری کی نوک سے شدید کوسھرا لٹایا۔ جلال ایک بار تو تڑپا اور اس کی ٹانگیں بڑھے تاناکے ہاتھ سے چھوٹ کر چھاتی پر بیٹھے ہوئے ماموں کی کمر میں زور سے لگیں پھر وہ ٹھنڈا ہو گیا۔ خون بھی بہت تیز آ نکلا تھا۔ عیساں کا باپ ایک طرف کھڑا ہو گیا، لیکن ماموں نے جلال کی ٹانگیں سے مومنہ کی زنجیر، مٹھن، ہاتھ سے گھڑی اور جیب سے بنو نکال لیا اور تینوں آدمی خاموشی سے کھپ کی طرف واپس روانہ ہو گئے۔

راستے میں انہوں نے کوئی بات نہیں کی، لیکن ذمے پر پہنچنے ہی وجہ ان کی مار کر رونے لگے۔ کچھ لوگ بچ ہو گئے تو ان میں سے ایک نے بڑی درد بھری آواز میں کہا "خدا نے ہمیں ہاتھ دے کر رکھ لیا ہے ورنہ کھپ میں بھی مار ڈالتے۔ ہمیں کیا معلوم تھا جلال کی موت ہمیں لکھنؤ یاں خریدنے کے یہاں لے لئے جارہی ہے۔ سارا امتحان اس کی طرف لپک پڑا۔"

سکھ غنڈے اکاڈا مسلمانوں پر حملے کرتے ہی رہتے تھے۔ مارنے والوں کی لاشیں تک نہ ملتی تھیں۔ کوئی انہیں اٹھا کر لانے کی جرأت نہیں کرتا تھا۔ جلال کی موت کو بھی لوگوں نے اسی طرح قبول کر لیا اور پھر رونے والا کون تھا۔ رونے والے تو اسے اپنے ہاتھوں قتل کر آئے تھے۔

اس نے ٹرک کھول کر دیکھا، مگر اس میں کچھ بھی نہیں تھا، بس لٹاف ہی لٹاف تھے۔ چند زور تھے جو لٹاف میں پیئے تھے، لیکن لاہور سے گاڑی میں سوار ہوتے ہوئے وہ لٹاف بھی کسی نے کھسکا لیا

اگلی شام جلال کے تانا اور ماموں نے عیساں کے باپ سے ٹرک کا مطالبہ کیا۔ یہ خبر دو چار آدمیوں تک پہنچی کہ جلال کے ٹرک میں بڑا سونا اور پیسہ تھا۔ انہی میں بیرونوں شامل تھے، مگر یہ ٹرک عیساں کے باپ کے قبضے میں تھا وہ ان دونوں کی بات سن کر پہلے خاموش رہا پھر اس نے حقہ کاش لیتے ہوئے کہا "سارا پیسہ تو تم نے اس کی جیب سے نکال لیا ہے، ٹرک میں چار پکڑے تھے ان کی وارنٹ میری لڑکی ہے جو اس کی بیوی تھی۔ تم اس ٹرک کے کیا لگتے ہو؟"

"ہم اس کے خاندانی وارث ہیں۔" جلال کے تانا اور ماموں نے کہا "تمہاری بیٹی سے اس کا نکاح تو نہیں ہوا تھا۔ اس کے مال کے حق دار ہم ہیں، ہم عدالت میں جائیں گے۔" لڑائی بڑھ گئی، مگر یہ سرگوشیوں اور خاموشی کی لڑائی تھی۔ جلال کے ماموں اور تانا بڑے غصے مگر آہستگی سے عیساں کے باپ کو گالیاں دیتے رہے۔ وہ بیٹھا تھا چار پہا۔ جلال کی وارنٹ پر جھگڑا زور شور سے ہوتا تھا، لیکن اس کی موت کا ذکر آتے ہی بات سرگوشیوں میں ہونے لگتی۔ تھوڑی دیر بعد پھر ٹرک کی ملکیت پر بات آ جاتی۔ دونوں آدمیوں کی یہ جیش کش بھی عیساں کے باپ نے ٹھکرادی کہ ٹرک ان کے سامنے لا کر رکھا جائے

اور پھر تینوں آدمی حصہ تقسیم کر لیں۔ لیکن ٹرک کا مال اب ٹرک میں بھی تھا ہی نہیں وہ اس کی اور اس کی بیوی کی کمر کے گرد تھا۔ ٹرک میں صرف کپڑے تھے۔ بہت دیر جھگڑا ہوا، مگر فریقین میں سمجھوتہ نہ ہو سکا۔

پاکستان بننے کے بعد یہ تینوں خاندان مٹان میں آباد ہوئے۔ جلال کے ماموں اور تانا نے عدالت کا دروازہ کھٹکنا یا۔ عیساں کا باپ اپنی لڑکی کو لے کر عدالت میں پیش ہوا۔ لڑکی کی طرف سے حلفیہ بیان پیش کیا گیا، جس میں کہا گیا تھا کہ چند زیورات جو جلال نے شادی پر اسے دیئے تھے راستے میں گم ہو گئے، البتہ چند سو روپے ہیں جو اس کے گنارے کے لئے اس کے پاس ہیں اور انہی کے سہارے زندگی کے دن پورے کر سکیں گی۔ عدالت نے منہ پٹی اور اس کے باپ کے حق میں ڈگری دے دی۔ جلال کا تانا ہلکی سی دن شاہ شمس تھوڑے کے حراز پر جا بیٹھا۔ ان دنوں وہاں آگے والے لوگ اسے ولی کا درجہ دیتے ہیں۔ اسے کچھ ہوش نہیں ہے کبھی بے کھوڑے دیوار پر وقت یاد دہانی میں گمن رہتا ہے۔ مرد عورتیں شمس تھوڑے کی زیورات سے فارغ ہو کر باہر نکلتے ہیں تو اس کی زیورات کرنا بھی ضروری سمجھتے ہیں۔ بعض ضعیف الاعتقاد بھدو بھی کر ڈالتے ہیں۔ سکھوں کی مراویں اس کے تواسے پوری ہوئیں۔ جلال کا ماموں عدالت کے فیصلے سے ٹھیک دس دن بعد پاگل ہو گیا اور کئی برس تک اس شہر کی سڑکوں پر الف ننگا پھرتا رہا۔ وہ بار بار اپنے ہاتھ مروڑتا تھا اور چیخا تھا۔ دو تین برس بعد ایک سردرات کو وہ ٹھکر کر مر گیا۔ اس کی لاش سپورٹنی والے اٹھا لے گئے۔ گلوکی حالت قیام پاکستان کے کئی ماہ بعد تک خراب رہی۔ اسے مکان تو اچھا مل گیا، لیکن روزگار کوئی نہیں تھا۔ باپ نے سر زمین پاک پر قدم رکھتے ہی جان وے دی تھی۔ سب دو چار بھائیوں میں بڑا تھا اور خاندان کا بزرگ تھا، لیکن بے روزگاری اس کا چچا نہیں چھوڑتی تھی۔ ماں محلہ بھری خبریں اسے لا کر سناتی اور وہاں کوروزگار تلاش کرنے کی روداد سناتا۔ ماں بیٹے میں بڑی نیچتگی اور انتہائی محبت تھی۔ لیکن خاندان کی حالت خراب ہوتی گئی۔ اس دوران گلو نے عیساں سے کئی بار کہا تیرے ماں باپ نے جلال کی اتنی دولت صاف کی ہے کچھ وہیں سے لے آ، لیکن عیساں کی ماں نے بیٹی کے سامنے قرآن پاک پر ہاتھ رکھ کر قسم کھائی تھی کہ جلال کو سکھوں نے مارا تھا۔ اس نے ٹرک کھول کر دیکھا، مگر اس میں کچھ بھی نہیں تھا، بس لٹاف ہی لٹاف تھے۔ چند زور تھے جو لٹاف میں پیئے تھے، لیکن لاہور سے گاڑی میں سوار ہوتے ہوئے وہ لٹاف بھی کسی نے کھسکا لیا۔ کچھ عیساں بھی خاموش رہی۔ بھابھ اس کے ماں باپ کے گھر کی حالت بھی دیکھی تھی۔ کسی دن گھر میں دال پک جاتی تھی تو کسی دن نمک مرچ ہی سے گزرا کرتا پڑتا تھا۔ ان کا گھر گلو کے گھر سے زیادہ دور نہیں تھا۔ عیساں دن میں ایک دو بار وہاں ہوا، مگر کئی ماہ کی نوک کے بعد وہ اس نتیجے پر پہنچی کہ ان کے پاس کچھ نہ تھا، مگر ہے تو برائے نام ورنہ اس کا باپ ماں اور بھائی سبھی ایسے بچنے حال میں نہ ہوتے۔ گلو نے اس دوران اسے ایک دو بار مارا جیسا بھی، لیکن ایسی باتیں بہر حال دن کے وقت ہوتیں۔ رات کو کوئی چیز رات میں نہ رہتی اور گلو بھی یقین ہو گیا کہ اس کی بیٹی کے والدین کے پاس کچھ بھی نہیں۔ ایک دن عیساں کچلی کھڑی میں گلو سے لپٹ گئی "مجھے پتا چل گیا ہے میری ماں نے سونا کہاں چھپا کر رکھا ہے۔"

VIEWS BOOKS



ہستی (ناول)

مصنف: انتظار حسین
مترجم: فرانسس، ڈیویو پریٹ
صفحات: 272
قیمت: درج نہیں
ملنے کا پتہ: اوسفورڈ بک، پو، کراچی

حال ہی میں انتظار حسین کا ناول ہستی کا ترجمہ مظر عام پر آیا ہے۔ یہ تاریخ کے ایک استاد کو پیش آنے والے مختلف تجربات کی کہانی ہے جو ہجرت کر کے دوسرے ملک آتا ہے اور یہاں اس کی زندگی کی نئی شروعات ہوتی ہے۔ بدلے ہوئے رویوں، کسپری تنہائی اور معاشی مشکلات کی شکل میں اسے زندگی کا نیا رخ دیکھنے کو ملتا ہے۔ جس نسل نے 1947ء کا ہزارا دیکھا اور نئے ملک کی مشکلات اور مصائب جھیلے وہ سرعت رفتاری سے اس نئے ماحول سے ذاتی مطابقت نہیں کر سکتی۔ اسے تضادات، خود غرضیاں اور فاصلے کھلتے ہیں۔

فرانسس، ڈیویو پریٹ نے ترجمے میں برصغیر ہندو پاک کی ثقافتوں اور مذہبی روایتوں کو دلکش انداز میں پورے کیا ہے۔ جسے پڑھ کر انتظار حسین نے برملا کہا ہے کہ خاتون نے ناول کے سیاق و سباق کو بیان کرنے میں دلی برابر بھی مبالغہ آرائی سے کام نہیں لیا اور کہانی کو من و عن ایسے ترسنے کی شکل دی ہے۔ اور بلاشبہ دنیا کو علم ہوگا کہ پاکستان کوئی گاؤں دیہات نہیں بلکہ تعلیم یافتہ اور روشن خیال تحقیقی کاروں پر مشتمل ایسی ہستی ہے جسے کسی بھی طرح نظر انداز نہیں کیا جاسکتا۔

آیت ہجر

شاعر: امجد بخاری
صفحات: 160
قیمت: 250 روپے

میدانِ حیات کے ہزاروں مناظر، مظاہر، تاحید، نظر پھیلی ہوئی زمین، وسیع آفاق اور بے کس فضاؤں کو اگر دماغ فکر میں ڈال لیا جائے تو اس معاشرے کے ہمہ پہلو مسائل، ہمہ جہت آلام و جہالت، حقوقی نظر آنے لگتے ہیں اور اگر دیکھنے والی نظر کسی ”ذہنی ملک“ شاعر کی ہوتو پھر اپنے عہد کی زمین سمجھتے اور بھلتے بھولتے حد تک اس کی کوشش شاعری میں نمودار ہونے لگتے ہیں۔ یہی وہ ملک ہے جب ”آیت ہجر“ کا نزول ہوتا ہے لیکن واضح رہے کہ یہ نزول شاعر پر نہیں ہوتا بلکہ شاعر اپنے اندر کا نزول دوسروں کے ذہن پر کرتا ہے۔ میدانِ جہد و مل کے فکری حصار پر ”آیت ہجر“ اس جہاد کا دعوت دہنگاؤں میں تراگس وہ اک پری چار فصلی ”غم“ جیسی بہت سی فتوحات کے بعد ”آیت ہجر“ امجد بخاری کی تازہ فتح کا نام ہے جس میں ان کے مجاہدانہ فکر کے عالم اور صوب کو با آسانی محسوس کیا جاسکتا ہے۔

اس لیے لفظ محبت پہ قلم توڑ دیا
آیت ہجر کی تجرید نہیں ہو سکتی

امجد بخاری کی اس خوب صورت شعری تصنیف کو سر قلمی برلاس، فرحت عباس شاہ، فاخرہ بٹول، ارشد ملک اور ریحانہ امجد بخاری کے سیر حاصل تھروں کے ساتھ ریل ہاؤس آف پبلی کیشنز راولپنڈی نے شائع کیا ہے۔



کاسٹ: جان ابراہام، انیل کپور، ریکور، سولو سو،
منوج باجپائی، رونت رائے، سنگھار راٹ اور رنجیت
ہدایت کار: منجے گپتا

یہ فلم ایک حقیقی پولیس مقابلے کے واقعے پر مبنی ہے۔ 1982ء میں واڈالا کے مقام پر اس وقت ممبئی کے کنگسٹر پولیس مارو کو پولیس مقابلے کے دوران مار دیا گیا تھا۔ وہ اچھا تھا یا برا اس سے ملک کو کتنے خطرات لاحق تھے یا دو بے گناہ تھا۔ کچھ دن انتظار کر لیں۔ جان ابراہام نے سرو کے اس کردار میں بہت جاذبیت سے کام کیا ہے۔ کیم مکی کے روز اس فلم کو ریلیز کرنے کا مقصد بھی مزدوروں کی کاوشوں کو خراج تحسین پیش کرنا ہے۔

اگر آپ کو 2007ء میں بننے والی فلم شوٹ آؤٹ ایٹ لوکھن والا یاد آو تو یہ فلم اسی کا سیکوئل ہے جسے دیکھنے میں اور بھی لطف آئے گا۔ جان ابراہام کو ممبئی کے داروں میں بھی پڑائی ملنے لگی ہے لیکن یہ اور بات ہے کہ وہ سنجیدہ اور رومانوی ملک نظر سے بننے والی فلموں کے کامیاب اداکار تسلیم کئے جاتے ہیں۔ آئی می اور میں اس کی نمایاں مثال ہے۔ بالاجی موٹن پکچرز کے سینر تلے بننے والی اس ایکشن مووی میں حقیقی واقعے کو موضوع بنا کر اندر و لڈ کی بحرمان سرگرمیوں کو ہائی لائٹ کیا گیا ہے۔ جان ابراہام جو اس فلم کی پردہوش میں مصروف ہیں ان کا کہنا ہے کہ اس فلم کے ذریعے ناظرین مجھے اب تک کی میری بہترین پرفارمنس میں دیکھیں گے۔ میں نے خود کو بطور اداکار بے حد مختلف پایا ہے۔ یقیناً ناظرین میرے اس بدلے ہوئے روپ کو بھی بخوبی جانچیں گے۔ منجے گپتا نے 2001ء میں وائٹ فائر کے عنوان سے فلم سازی کا ذاتی ادارہ تشکیل دیا تھا جو ہر سال بہترین فلمیں پیش کرتا ہے۔ جن میں کہانی، مارو حار، رومانی پچوئیز اور گیتوں کی عکس بندی کے خوبصورت تجربات کئے جاتے ہیں۔ نئی فلم شوٹ آؤٹ ایٹ واڈالا اس طرح ناظرین کا دل جیت لیتی ہے یہ یقیناً بھی اپنی نوعیت کا دلکش تجربہ ہوگا۔

DRAMA

MO

پیشکش: جیو ٹی وی انٹرٹینمنٹ

کاسٹ: کلج، شہرہ بھلو، شہرہ بھلو، شہرہ بھلو

راشد فاروقی، اسامہ عباس

ڈرامہ نگار: مونا حبیب، ہدایت کار: حبیب حسن

ڈرامہ نگار: عدیل رزاق

کاسٹ: فاطمہ آندری، عمران اسلم، شیر بان اور

عدیل حسین، فضیلہ قاضی، مائرہ خان

ہدایت کار: عامر علی

سرکاری اور مصافحات کے اسپتالوں سے بچے چوری کرنے کی وارداتوں کی خبریں اخبارات کی زینت بنتی ہیں تو ماؤں کا دل سٹگی میں آ جاتا ہے۔ کچھ لوگ کہتے ہیں کہ نہ جانے کون سی مجبوری ایسی سفاک واردات کا ماں بھر ہوگی۔ ہم سمجھ سکتے ہیں کہ ان ماؤں کا کیا حال ہوتا ہوگا جن کے ایک یا دو دن کے بچے کو کوئی درندہ نہیں بلکہ درندہ صفت انسان اٹھا کر چل دیا ہو۔ نئی ڈرامہ سیریل ننھی جیو ٹی وی انٹرٹینمنٹ سے پیش کی جا رہی ہے، جس میں مرکزی کردار اسامہ عباس غریبوں کے بچے اٹھا کر امراء کو فروخت کرنے کا کاروبار کر رہی ہیں۔ ننھی ان کی بیٹی ہے جسے ایک یادہ دن کے محسوس بچے دیکھنا اور انہیں گود میں اٹھانا بہت اچھا لگتا ہے۔ کل یوں بھی خاصی کم عمر اداکارہ ہیں جنہاں پر یہ کردار بہت چاہیے۔ ڈرامہ ہیڈ اقبال انصاری اور اسکرپٹ ہیڈ بشری انصاری نے ایک اچھے پروجیکٹ کو شروع کر کے معیاری سیریل کی پیش رفت کی ہے اور دوسرے فنکاروں میں بتا دیا ہے کہ ہمارا ڈرامہ موضوعات کے لحاظ پر مات نہیں کھایا بلکہ مات دینے کے قابل ہوا ہے۔

ننھی میں ایک ملکہ ہوا موضوع زیر بحث آیا ہے۔ گمرو درک، کاشف اور ایڈیٹنگ میں مہارت اپنا لوہا منوا رہی ہے۔ جیسے جیسے کہانی بڑھتی ہے ناظرین اپنی دیگر مصروفیات ترک کر کے ننھی کو دیکھنے بیٹھیں گے۔ اگر اسی طرح کے ڈرامے بننے جائیں تو قریبی کے ڈراموں کو دیکھنے کی ضرورت کیا رہتی ہے؟

لوہان ڈرامہ نگار عدیل رزاق کا تخلیق کردہ سیریل ان دنوں ہم فی وی سے دکھایا جا رہا ہے۔ عدیل کے لئے ہم کہہ سکتے ہیں کہ وہ زندگی کا روشن پہلو دیکھتے ہوئے سماجی اور جذباتی مسائل سے نظریں نہیں چراتے۔ ایسا کرنا بھی نہیں چاہیے۔ عدیل بحیثیت تخلیق کار استحصال کے مستحق سمجھتے ہیں اور فلم کی حرمت اور تقاضوں کو نظر میں رکھ کر کہانی کا تار و پود تیار کرتے ہیں۔ ایک ڈراموں کی سیریز کتنی گرہیں باقی ہیں میں بھی ان کی ایک کہانی دیکھنے کا اتفاق ہوا تھا۔ زندگی کا درد محسوس کرتے ہوئے اس کی حکایت بھی مؤثر انداز سے کرنا خاصا غیر معمولی اقدام ہے۔ فاطمہ آندری مرکزی اداکارہ کوئی زندگی کی شروعات ہی الٹا دکھانے سے کرنی پڑی۔ تاہم دد کی اس فریڈنٹ کو بہت حد تک معاملہ فہم اور سمجھدار عورت نے مثبت طریقہ عمل اختیار کر کے نبھادیا۔ وہ چاہتی تو قسمت کے اس کھٹے کو بد نصیبی قرار دے کر اپنے بزرگوں کے اس فیصلے پر احتجاج کرتی یا خود کو لخت ملامت کرتی رہتی، مگر اس نے مردانہ وار رشتوں کی تسبیح سلجھائی ہے۔

زندگی اس کے لئے کب تک عذاب بنی رہے گی یا بہت جلد بھولوں کی سچ جے گی؟ قسمت اس کے ساتھ کتنا انصاف کرے گی یا قدرت کو اس سے مہربان کرنا امتحان لینا ہے، یہ سب کچھ رفتہ رفتہ دیکھنے میں لطف آئے گا۔ عدیل کے ڈرامے کو امیدیں وابستہ ہو چکی ہیں لہذا ان کے لئے جتنی دعا کی جائے کم ہے۔



کاسٹ: رام کپور، شبنم، سلیم، راج کپور

ہدایت کار: آشا جہر

فلم بنوں نے بہت دیکھ لئے روتے دھوتے مناظر، سسپنس اور ایڈ وچر سے بھرپور ڈرامے اب ہندوستانی فلم نگری میں کچھ ایسا ہونے چاہا ہے جس میں طنز ہے، مزاح اور حیرت انگیز واقعات کہ فلم کے شائقین ہنسنے چتے لوٹ پوٹ ہو جائیں۔ یعنی ان کے پیچھے پڑوں کی ٹھیک ٹھاک ورزش ہو۔ 'میرے ڈیڈ کی ماروٹی' دلچسپ اسکرین پلے اور مزاحیہ کیفیات کی بھرپور عکاسی دیکھنے کے لئے ماروٹی کی تلاش میں ان باپ بیٹوں کے ہمراہ گھر سے باہر نکلنا پڑے گا۔ ہم اور آپ تو صرف سنیما ہاؤس کا رخ کریں گے، لیکن رام کپور اور شبنم سلیم بالکل نام اور جری جیسے کلاسیکی کارٹون کریکٹرز کی طرح ایک دوسرے کے مہم مقابل آئیں گے۔ ہندوستان میں ماروٹی مقامی صنعت میں تیار ہونے والی گاڑی ہے، جو ایک شادی کے بنگامے میں کھو گئی ہے۔ جسے تلاش کرنے کی ہم پر باپ اور بیٹا روانہ ہوتے ہیں اور درمیان میں انہیں دلچسپ سچے کھنڈ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ بالکل اسی طرح جیسے کہ آپ میرا نرکی سون سون وینڈنگ، آندر رائے کی فلم 'نووید و منو اور منیش شرما کی 'چینڈ با جارات' میں لائٹ کامیڈی دیکھ چکے ہیں، اسی طرح ماروٹی کی تلاش میں بیٹے اور باپ کو کئی تجربوں سے گزرنا پڑ رہا ہے جو تمام کی تمام زندہ دلی کی غلامی ہیں۔ بالکل پاگل کروینے والی سچے کھنڈ میں ہنسی کے طوفان کو روکنے کی فلم بنوں کے لئے قطعاً آسان نہیں ہوگا۔ مکالموں میں کچھ کھلم بھی ہے۔ اچھا مگر انہیں نے خاندانی منصوبہ بندی کا ٹھیک ٹھاک پروپیگنڈہ کیا ہے اور کوشش کی گئی ہے کہ ہنسی مذاق کے ہیرائے میں کوئی بڑی بات کردی جائے خاص کر کنبہ چھوٹا دیکھنے کی تشہیری مہم بڑے دلچسپ ہیرائے میں چلائی گئی ہے۔



سناؤں کی فصل

ثور



Taurus

★ سیارہ زہرہ ★ علامتی نشان تیل ★ نام کے ابتدائی حروف ک. ق ★ مبارک رنگ گلابی زرد اور آسمانی ★ سعد پتھر زمرد، مردان، سنگ جراحیت

آپ محفلوں اور اجتماعات میں ہر دل عزیز شخصیت کہلاتے ہیں۔ اس ماہ بھی حسن مخالف میں آپ کی دلچسپی بڑھے گی۔ آپ انتہائی قابل اعتماد ہوتے ہیں۔ لوگوں کے بھروسے پر پورا اترے ہیں۔ آپ کی اپنی توقعات بھی پوری ہوں گی۔ آپ کو خواب بہت آتے ہیں اور بیشتر خواب کسی واضح اور حتمی نتیجے تک نہیں پہنچ پاتے، کیونکہ ان خوابوں سے پیچیدہ مسائل اور الجھنوں کی عکاسی ہوتی ہے۔ ثور عورتیں شرمیلی ہوتی ہیں۔ اس لئے ان کا احساس کمتری بھی بڑھتا ہے۔ رفتہ رفتہ انہیں اپنی شخصیت کی خوبیوں کو متوانے کا احساس ہوتا ہے۔ ثور خواتین کے ہاتھ میں توازن اور تناسب کا کمال ہوتا ہے۔ وہ فنون لطیفہ کے ہر شعبے میں مہارت حاصل کر سکتی ہیں۔ اپنے عقائد اور عادتوں میں آسانی سے تبدیلی نہیں لاتیں۔

آپ انصاف پسندی، میان روی اور بہترین اخلاق کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ یہ اچھی عادتیں ہیں، لیکن دوسروں سے بھی جواب دہی توقعات نہ رکھئے، آپ دیکھیں گے۔ پرانی جائیداد کی خرید و فروخت کے مسائل حل ہوتے نظر آ رہے ہیں۔ اسی طرح دیگر ایسے کام جو دیر کے ہوئے تھے ان کی تکمیل بھی مختصر عرصے میں ہوئے کی توقع ہے۔ خاندانی تنازعات میں بھی الجھنیں ختم ہونے کا امکان ہے۔

24 ستمبر 23 اکتوبر



کوئی نیا کام شروع کریں تو اس کا حقیقت پسندانہ تجزیہ ضرور کر لیں۔ خوشامدی اور حاسد افراد آپ کے ارد گرد ہو سکتے ہیں، ان سے بچ کر رہنے ورنہ نقصان اٹھائیں گے۔ سفر کا منصوبہ بن سکتا ہے اور اگر چند ماہ پہلے کوئی سفر کیا تھا تو اب اس کے ثمرات ظاہر ہو رہے ہیں۔ قانون اور تعلیم کے شعبے سے وابستہ افراد کو ترقی کے لئے نئے مواقع مل رہے ہیں۔

21 اکتوبر 20 ستمبر



آپ دوست اور دشمن کی پہچان خوب رکھتے ہیں لیکن اپنے علم اور صلاحیتوں سے بہتر کام لینا بھی سیکھ سکتے ہیں۔ یک طرفہ اختلافات نفرت اور تعصب کو ختم کرنے کی کوشش کریں۔ جو لوگ آپ سے محبت کرتے ہیں کم از کم انہیں وقت تو دیں۔ دفتری سیاست غالب رہے گی اور تنازعات بڑھ سکتے ہیں۔ بہتر ہے کہ اپنے کام کی مہارت سے تنقید کا جواب دیا جائے اور کسی کو موقع نہ دیا جائے کہ وہ آپ کے کام میں مداخلت کرے۔

24 اکتوبر 22 نومبر



اپنے ارادوں کو پختہ کریں اور غصے کا اظہار کم کریں۔ کسی سے غیر حقیقی توقعات نہ رکھیں۔ قریبی افراد کے رویے کھنڈ کا باعث بن سکتے ہیں۔ اس مہینے اچھا سامع بننے کی کوشش کیجئے۔ گو کہ یہ کام ذرا مشکل ہے مگر اس حکمت عملی سے کئی امور میں بہتری آ سکتی ہے۔ بلاوجہ بحث بھی نہ کریں کیونکہ اس سے اختلافات بڑھیں گے۔ بچوں کو خاطر خواہ وقت دے سکیں گے۔

21 نومبر 21 اکتوبر



پیشہ ورانہ رقابت سے بچنے کی کوشش کرتے رہیں۔ باصلاحیت افراد کے لئے ہر لحاظ سے یہ مہینہ عمدہ ہے۔ اخراجات پر کنٹرول رکھنا ضروری ہے۔ بچوں کے ساتھ شفقت سے پیش آئیں اور ان کے مسائل کو سمجھنے کی ضرورت ہے۔ اسی طرح کچھ عزیز و اقارب بھی پرانے اختلافات ختم کرنا چاہتے ہیں یا رز کی ہوتی رقم جسے آپ بھلا بیٹھے ہیں۔ آپ کو ملنے کی امید ہے۔ ہر مسئلہ کو تھوڑا سا گشتِ مدتہ کر دیا کریں۔

23 نومبر 21 دسمبر



خود اعتمادی بڑھے گی اور تذبذب کا خاتمہ ہوگا۔ مالی امور میں بہتری کے امکان ہیں۔ سرمایہ کاری کرتے وقت پازیشن کا بطور خاص خیال رکھیں۔ موقع پرست ساتھی نقصان پہنچا سکتے ہیں۔ ازدواجی اور کاروباری تعلقات میں غلط فہمیاں بڑھنے کا امکان ہے۔ سفر متوقع ہے۔ اخراجات میں اضافہ اور آمدنی میں کمی نظر آ رہی ہے۔ بچوں کی صحت کا خاص خیال رکھیں۔

22 دسمبر 21 نومبر



افراد خانہ سے تعلقات استوار ہونے کی امید بڑھی ہے۔ آپ بھی کوشش جاری رکھئے۔ مالی امور بہتر ہیں گے۔ جانفشانی سے کام کرنے کی عادت استوار کر لیجئے باقی سب ٹھیک ہے۔ اپنے آپ میں توانائی اور سرخوشی محسوس کریں گے۔ آپ اچھے حالات کا سامنا کرنے کے لئے تیار ہو جائیے۔ ہر چیز اور جملہ کے روز حسب استطاعت کچھ صدقہ کر دیا کریں۔

22 دسمبر 20 جنوری



آپ کے لئے مایہ ناز سے سعد وقت شروع ہو چکا ہے۔ نئی ملازمت ملنے کے امکان ہیں اور بہتر موقع دستیاب ہو سکتے ہیں۔ بیرون ملک کا سفر یا آرمیٹ ہوگا۔ رکا ہوا کام تکمیل کو پہنچ سکتا ہے۔ بیرون ملک مقیم طلباء کو وظیفے اور تعلیمی مراعات ملنے کی توقع خارج از امکان نہیں۔ ملازمت کی جگہ پر کوئی اعلیٰ عہدہ یا آپ کی اختیاراتی مدد کر سکتا ہے۔ اس کی نیت اور ارادے کو شک کی نظر نہ دیکھیں۔

22 جنوری 20 دسمبر



اپنی ترجیحات کا تعین کرنا بہت ضروری ہے۔ مثلاً آپ کو مالی امور پر توجہ دینی چاہئے۔ نوکری پیشہ افراد اپنے کام میں مہارتوں کا ثبوت پیش کر سکیں گے اور تجارتی شعبے سے منسلک بھی سرمایہ کاری کا اچھا نتیجہ دیکھیں گے۔ اپنی حکمت عملی درست کرنے کی ضرورت ہے۔ بچت کر سکیں گے۔ نئی گاڑی یا مکان وغیرہ بھی مل سکتے ہیں۔ لاشی بھی ٹھیک سکتی ہے۔ نماز پختہ زندگی عادت ڈالیں۔

21 جنوری 19 فروری



آپ خوش نصیب ہیں کہ آپ کے دوست آپ کے ہمراہ اور مددگار ہیں۔ یہ آپ کو صاحبِ مشورے بن سکتے ہیں اور آپ کی حوصلہ افزائی کریں گے۔ ترقی کے امکان بڑھ رہے ہیں۔ قریبی مقامات کی ہیرا پروگرام بن سکتا ہے جو آپ کو تازہ دم کر دے گا۔ ذمہ داریوں کو بوجھ نہ سمجھئے بلکہ ان کی تقسیم فرمائیں کی ادائیگی آسان ہو جائے گی۔ آپ ہر مسئلہ کو چڑیوں کو دانہ ڈالنے یا کسی سختی کو کھانا کھلا دینے۔

24 جنوری 23 اگست



ترکے کی جائیداد میں سے آپ کا حصہ روشن مستقبل کی نوید لا رہا ہے۔ لوگ آپ سے ہمدردی، محبت اور شفقت سے پیش آ رہے ہیں اور اس موقع سے فائدہ اٹھا کر اپنے مسائل ان سے زبردست لائیں۔ دوست آپ کا سرمایہ ہیں، مگر دوستوں کے انتخاب میں احتیاط کرنا بھی اہمیت رکھتا ہے۔ ہر جمعرات کو حسب استطاعت کچھ نہ کچھ صدقہ خیرات کر دیا کریں۔

20 فروری 20 مارچ



طبیعت میں چڑچڑاہٹ کیوں ہے؟ اس کی وجہ بھی آپ ہی بہتر جانتے ہیں۔ کاروباری حضرات دفاتر کے لئے یہ ماسعد ہے۔ نئے امکانات اور سرمایہ کاری کے فوائد نظر آ رہے ہیں۔ نوکری پیشہ افراد کی ترقی کے امکان ظاہر ہو رہے ہیں، مگر کڑی محنت کا دور بھی آ گیا ہے۔ انشاء اللہ محنت کا پھل خوب ملے گا۔ لاشی یا کسی انعامی اسکیم میں حصہ لینے کا فیصلہ فوری طور پر درست نہیں۔ اخراجات پر قابو پالنے کی ضرورت ہے۔

24 اگست 23 جنوری

